

"واقع الصحة النفسية لدى المعلمين في ظلّ جائحة كوفيد-19 والتعليم عن بُعد"
(دراسة وصفية مسحية على عينة من المعلمين في المدارس الرسمية والخاصة في لبنان)

إعداد الباحثين:

- أ.د. رشا عمر تدمري

أستاذة دكتور في الجامعة اللبنانية قسم علم النفس

- ريم فوّاز

باحثة في مرحلة الدكتوراة

- حسين حمية

باحث في مرحلة الماستر

- د.م. نيفين عباس

دكتور مساعد في جامعة البلمند قسم الصحة العامة

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى الوقوف على واقع الصحة النفسية لدى المعلمين من حيث تحديد درجاتها أو مستوياتها إضافة إلى تسليط الضوء على أبرز التحديات والعوائق التي تحول دون التعلم عن بعد من وجهة نظر المعلمين لإفادة المعنيين بالمدارس التربوي في الحد من هذه المعوقات ونجاح عملية التعلم عن بعد. وقد اعتمدت الدراسة لتحقيق هذا الهدف على المنهج الوصفي ذو النمط المسحي العرضي، وقد تم الارتكاز في جمع المعلومات على الأسلوب المختلط، من خلال جمع معلومات كمية ثم الانتقال إلى الأسلوب الكيفي للتعلم أكثر. تألفت العينة من (1209) معلماً ومعلمة في المرحلة المتوسطة من مختلف المحافظات اللبنانية. وقد أعدت استمارة لجمع البيانات الديمغرافية إضافة إلى تمرير المقياس العربي للصحة النفسية الذي أعده أحمد محمد عبد الخالق (2016). توصلت النتائج إلى أن معلمي المرحلة المتوسطة يتمتعون بمستويات متوسطة من الصحة النفسية خاصة على مستوى الرضا والتفاؤل والاستقرار، وبمستوى مرتفع من الثقة بالنفس، وأنهم يعانون من صعوبات تعليمية تقنية وفنية تمثلت في صعوبات مادية مرتفعة، يليها التفاعل مع المتعلمين وعبء العمل الزائد، وهم يحظون بدعم اجتماعي من قبل العائلة والإدارة ويتميزون بدافعية جيدة تجاه مهنتهم حتى في ظل التعليم عن بعد. كما تبين أن معلمي المرحلة المتوسطة ذوي المستويات المنخفضة من الصعوبات التعليمية يتمتعون بصحة نفسية جيدة، ويعاني معلمو المدارس الرسمية من صعوبات تعليمية أكثر من نظرائهم في المدارس الخاصة، مع عدم وجود فروق في مستويات الصعوبات التعليمية تُعزى لعدد سنوات الخبرة. وأخيراً يواجه المعلمون الذين لم يتلقوا أي دورات تدريبية في أسس التعليم عن بعد صعوبات تعليمية أكثر من نظرائهم.

الكلمات المفتاحية: كوفيد-19، الصحة النفسية، التعليم عن بعد.

المقدمة:

إن المتتبع لأوضاع النظم التعليمية عبر العصور المختلفة، يلاحظ بأن التعليم لم يكن بمنأى عن الظروف المجتمعية المحيطة به، فهو دائماً يتأثر بما يدور في المجتمع من أحداث وتغيرات اجتماعية وصحية واقتصادية وسياسية. ونظراً للأوضاع الراهنة المتمثلة بتفشي فيروس كورونا في بلدان العالم والتي لم يكن لبنان بمنأى عنها تم التحول إلى التعليم عن بعد. وبالرغم إلى الحاجة الماسة إلى التعليم عن بعد في زمن كورونا، إلا أن هناك انتقادات مطولة من خبراء في التربية له، بل إن دراسة لمركز السياسات الوطنية التعليمية في الولايات المتحدة الأمريكية National Educational Policy in the US أوصت عام 2019 بوقف أو تقليل المدارس الرقمية في البلد إلى حين التأكد من أسباب ضعف مردودها الذي ظهر جلياً في الدراسات العديدة مقارنة بالمدارس التقليدية (on-line). وقد أدى هذا التحول المفاجئ إلى التعليم عن بعد إلى صدمة وتوتر بين المعلمين والمتعلمين سواء على المستوى الشخصي أو المهني لما تتطلبه العملية من جهود إضافية، بالإضافة إلى وجود العديد من المعوقات كضعف البنية التحتية (Khalaf, 2020)، ونقص موارد التعلم الرقمية والمحتوى الرقمي غير الملائم (Huang et al, 2020) الأمر الذي ينعكس سلباً على صحة المعلم النفسية.

ولا شك أن للمعلمين تأثيراً ملحوظاً على حياة المتعلمين. وتعد مهنة التعليم واحدة من أكثر المهن إرهاقاً (De Nobile, 2017; Gonzalez et al, 2008). وتسهم رفاهية المعلم في الرضا عن العمل والإنتاجية، والأهم من ذلك أنها تنعكس على مستوى رفاهية المتعلمين وتحصيلهم الدراسي (Spilled et al, 2011). لذا فإن تحسين رفاهية المعلم يُحسن نتائج المتعلم (Briner &

(Dewberry, 2007). وقد حدّدت منظّمة اليونسكو UNESCO (2020) الارتباك والتوتّر الذي يُعاني منه المعلّمون كواحد من أبرز العواقب السلبية الناجمة عن إغلاق المدارس والذي يرتبط بعدم اليقين بشأن المدّة التي سيستغرقها، وانخفاض الامام بالتعليم عن بُعد.

إنّ ضغوط المعلّم، وتجربة المشاعر غير السارة المتعلّقة بالوظيفة المرتبطة باستنفاد الموارد النفسية (Kyrialou, 2001; Lazarus & Folkman, 1984) لطالما كانت موضوعاً سائداً للنقاش بين التربويين والباحثين (OECD, 2020). إذ يُعاني المعلّمون من الارتباك والتوتّر لأنهم غالباً ما يكونون غير متأكّدين من إلتزاماتهم وكيفيّة الحفاظ على التواصل مع المتعلّمين لدعم التعلّم خاصّة وأنّ عمليّة الانتقال إلى منصات التعلّم عن بُعد تميل إلى الفوضى والاحباط حتى في أفضل الظروف. ويُعتبر هذا التحوّل تحدّيّاً حيث أنّ عدداً قليلاً من المعلّمين لديهم مهارات رقمية وقوية في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات، لذلك في مثل هذه الأوقات غير المسبوقة من الطبيعي أن يُعانوا من مستويات عالية من التوتّر والقلق.

قبل الجائحة الحالية كانت أبرز ضغوط العمل للمعلّمين تتمثّل في عبء العمل وصعوبة إدارة السّلوك (Catalan et al, 2007; Boyle et al, 1995; Kokkinos, 2019). ومع الجائحة كان من الضروري التعرّف على أبرز التداعيات النفسية، فمع اعتماد التعلّم عن بُعد ومع تواضع خبرة معظم المعلّمين والمتعلّمين في التعليم والتعلّم عن بُعد وفي ظلّ الفجوة الكبيرة على مستوى الوصول إلى التكنولوجيا في مناطق كثيرة من البلد لا شك أنّ الوضع النفسي للمعلّمين والمستوى التحصيلي للمتعلّمين لن يكونا على ما يُرام. لذا ستحاول هذه الدراسة الوقوف على واقع الصّحة النفسيّة لدى المعلّمين وتحديد مستوياتها، إضافةً إلى تحديد أبرز التحدّيات والعوائق التي تحول دون التعلّم عن بُعد، من وجهة نظر المعلّمين، وسيتم اختيار عيّنة عشوائية من كل المحافظات اللبنانية من معلّمي المدارس الرسميّة والخاصة في المرحلة المتوسّطة لقياس مستويات الصّحة النفسيّة لديهم ولتحديد أبرز الصعوبات التي تعترضهم عملهم والحلول التي يقترحونها.

الدراسات السابقة وبناء الإشكاليّة:

نظراً لأهميّة التعليم عن بُعد توجّهت العديد من الدراسات نحو فئة المعلّمين لدراسة تأثيرات الجائحة إن على المستوى النفسي لديهم وعلى أدائهم المهني وسيتم عرض أبرز هذه الدراسات في الآتي:

أجرى خالد الزبون (2020) دراسة تحت عنوان: فاعليّة التعلّم عن بُعد مقارنةً بالتعليم المباشر في تحصيل طلبة الصف الأوّل ثانوي في مادة اللغة العربيّة في الأردن. وقد سعت إلى الكشف عن فاعليّة التعلّم عن بُعد مقارنةً بالتعليم المباشر وانعكاس ذلك على مستوى التحصيل الدراسي للمتعلّمين. ولتحقيق هذا الهدف تمّ اختيار عيّنة مكوّنة من (35) متعلّماً، وبعد مقارنة تحصيلهم في مادة اللغة في الفصلين الأوّل والثاني في النحو والصرف والبلاغة والنقد والقضايا الأدبيّة، تبين أنّ التعليم المباشر كانت نتائجه أفضل من التعليم عن بُعد.

وفي دراسة نفّذها Lassoued, Alhendawi & Bashitial Shaaer (2020) تحت عنوان: دراسة استكشافية للعقبات التي تحول دون تحقيق الجودة في التعلّم عن بعد خلال جائحة كوفيد-19 an exploratory study of the obstacles for 19- achieving quality in distance learning during the covid-19 pandemic. وقد هدفت إلى الكشف عن معوقات تحقيق الجودة في التعلّم عن بُعد خلال فترة الجائحة، وتمّ الاستناد إلى (400) أساتذة وطلاب الجامعيّين في الوطن العربي كالجائز، مصر، فلسطين والعراق. كان الهدف الأساسي هو الوقوف على الطرق المختلفة التي تابع عبرها الطلاب دراستهم في المنزل أثناء

تعليق الجامعة. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي وتم تنفيذ استبيان. أشارت النتائج إلى أن الأساتذة والطلاب قد واجهوا عقبات تربوية وتقنية ومالية وعقبات تنظيمية.

قام Basilaia & Kavavdze (2020) بدراسة تحت عنوان الانتقال إلى التعليم عبر الإنترنت في المدارس أثناء جائحة فيروس كورونا المستجد (SARS-CoV-2 (COVID-19) في جورجيا Transition to Online Education in Schools during a SARS-CoV-2 Coronavirus (COVID-19) Pandemic in Georgia، حيث درس البحث قدرات الدولة وسكانها لمواصلة عملية التعليم في المدارس في شكل التعلم عن بُعد عبر الإنترنت. وراجع المنصات المختلفة المتاحة وأشار إلى تلك التي يمكن استخدامها من قبل الحكومة، مثل البوابة الإلكترونية و فرق TV School و Microsoft للمدارس العامة والبدايل مثل Slack و Zoom و Google Meet ومنصة Edu Page. قَدَم الباحثان دراسة حالة، حيث تم تنفيذ منصة Google Meet للتعليم عبر الإنترنت في مدرسة خاصة في ولاية جورجيا تضم (950) متعلماً من المرحلة الثانوية. وأكدت النتائج أن الانتقال السريع إلى شكل التعليم عن بُعد قد نجح وأن الخبرة المكتسبة يمكن استخدامها في المستقبل وأنّ الدرس المستفاد من الجائحة سيفرض جيلاً من القوانين واللوائح والأنظمة والحلول الجديدة للحالات المستقبلية عندما تكون البلدان والحكومة والسكان أكثر استعداداً من اليوم.

نفذت Teglaslasi وفريق من طلابها (2020) دراسة حملت عنوان: دراسة جديدة! تأثير كورونا على المعلمين. New Study! The Impact of Covid-19 on Teachers، تكوّنت العيّنة من (185) معلّم ومعلّمة من (35) ولاية من أميركا. تم التركيز على إجابات المعلمين على ثلاثة أسئلة نوعية مدرجة في الاستطلاع: (1) ما هي أهم القضايا بالنسبة لك الآن؟ (2) ما الذي تفكر فيه غالباً مع تأثير كورونا على العديد من مجالات الحياة اليومية؟ (3) الكتابة عن تجربة تدريس حديثة ذات مغزى وهامة. بيّن تقرير النتائج وتوحيدها ظهور الموضوعات الآتية: وجود صعوبات على مستوى التأقلم مع متطلبات التدريس الجديدة، صعوبة الموازنة بين الطلاب المتعددة أثناء التدريس عن بُعد، صعوبة التواصل بين الإدارة والمعلمين، عدم وجود الوقت الكافي للاهتمامات الشخصية. طلب من المشاركين أيضاً تقديم تصنيف للحالة المزاجية من خلال إكمال نسخة مختصرة من جدول التأثير الإيجابي والسلبي (PANAS) والذي يحتوي على مقياسين للمزاج من (10) عناصر، بلغ التأثير الإيجابي للمعلمين في المتوسط 2.67% بينما بلغ التأثير السلبي في المتوسط 2.86%.

أما دراسة Kim & Asbury (2020)، والتي حملت عنوان: "مثل السجادة التي تم سحبها من تحتك": تأثير COVID-19 على المعلمين في إنجلترا خلال الأسابيع الستة الأولى من إغلاق المملكة المتحدة. Like a rug had been pulled from under you': The impact of COVID-19 on teachers in England during the first six weeks of the UK lockdown، فقد استكشفت تجارب المعلمين بشأن التغيير المفاجئ في ممارسات عملهم خلال الأسابيع 5-6 التي تلت الإغلاق، فتّمت مقابلة (24) معلّماً من المدارس الحكومية الإنجليزية، طلب منهم سرد قصص لثلاث مشاهد رئيسية خلال هذه الأسابيع، على أن تتضمن نقطة إيجابية ونقطة سلبية. تم تحديد ستة مواضيع أساسية وردت في الإجابات تمثلت في عدم اليقين، إيجاد طريقة للحل، القلق على الضعفاء، أهمية العلاقات الإنسانية، البحث عن الهوية والتفكير. أظهرت روايات المعلمين أنهم بعد فترة من عدم اليقين استقرّوا ووجدوا طريقاً للمضي قدماً، ومع ذلك فهم لا يزالون قلقين بشأن المعلمين الأكثر ضعفاً ويحتاجون إلى مزيد من التفكير المشترك مع الحكومة حول كيفية دعمهم بشكل فعال والتخطيط للمستقبل بشكل مناسب.

وفي دراسة أجراها Ozamiz-Etxebarria et al (2020) تحت عنوان: الحالة النفسية للمعلمين أثناء أزمة كورونا: تحدي العودة إلى التدريس وجهاً لوجه. The Psychological State of Teachers During the COVID-19 Crisis: The Challenge of Returning to Face-to-Face Teaching، والتي هدفت إلى قياس الأعراض التي أظهرها أعضاء هيئة التدريس في منطقة Basque الإسبانية، تكوّنت العينة من (1633) معلّمًا، أجابوا على استبيان للبيانات العامة، ومقياس DASS-21 لقياس القلق والتوتر والاكنتاب عبر الإنترنت. كشفت النتائج عن نسبة عالية من المعلمين ظهرت عليهم أعراض القلق والاكنتاب والتوتر، وتبيّن أيضًا أنّ متغيرات مثل النوع، العمر، الاستقرار الوظيفي والصف الذي يُدرّسون والحالة الأسريّة تؤثر أيضًا على هذه الأعراض.

كما أجرى Basilaia & Kvavadze (2020) دراسة تحت عنوان: الانتقال إلى التعليم عبر الإنترنت في المدارس أثناء جائحة فيروس كورونا المستجد (COVID-19) SARS-CoV-2 في جورجيا. Transition to Online Education in Schools during a SARS-CoV-2 Coronavirus (COVID-19) Pandemic in Georgia درس البحث قدرات الدولة وسكانها لمواصلة عملية التعليم في المدارس في شكل التعلّم عن بُعد عبر الإنترنت. وراجعت المنصّات المختلفة المتاحة، وأشارت إلى تلك التي يمكن استخدامها من قِبَل الحكومة، مثل البوابة الإلكترونيّة وTV School وMicrosoft للمدارس العامة والبدائل مثل Zoom وSlack وGoogle Meet ومنصّة EduPage. قدّم الباحثان دراسة حالة، حيث تمّ تنفيذ منصّة Google Meet للتعليم عبر الإنترنت في مدرسة خاصّة تضم (950) متعلّمًا في المرحلة الثانوية في ولاية جورجيا. وأكّدت النتائج أنّ الانتقال السريع للتعليم عن بُعد قد نجح وأنّ الخبرة المكتسبة يمكن استخدامها في المستقبل وأنّ الدرس المستفاد من جائحة عام (2020) سيفرض جيلًا من القوانين واللوائح والأنظمة والحلول الجديدة للحالات المستقبلية عندما تكون البلدان والحكومة والسكان أكثر استعدادًا من اليوم.

يُلاحظ بعد هذا العرض لأبرز الدراسات في هذا السياق، أنّها انقسمت إلى فئتين، دراسات تناولت الصّحة النفسيّة لدى المعلمين، ودراسات بحثت في واقع ومعوّقات التعليم عن بُعد. ولم يتمّ التوصل إلى دراسة هدفت إلى البحث في الجانبين معًا. من هنا تتجلى أهميّة الدراسة الحالية التي تطرح الإشكاليّة الآتية:

ما واقع الصّحة النفسيّة لدى المعلمين في ظلّ جائحة كوفيد-19 والتعليم عن بُعد؟

أسئلة الدّراسة؛ استنادًا إلى الإشكاليّة الواردة أعلاه تطرح الدراسة الأسئلة الآتية:

1. ما هو مستوى الصّحة النفسيّة لدى معلّمي المرحلة المتوسطة في المدارس اللبنانية؟
2. ما هي أبرز التحدّيات/الصعوبات التعليميّة التي تواجه معلّمي المرحلة المتوسطة في المدارس اللبنانية؟
3. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائيّة بين الصّحة النفسيّة وبين الصعوبات التعليميّة لدى المعلمين؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في مستويات الصّحة النفسيّة تُعزى لمتغيّر الصعوبات التعليميّة؟
5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في مستويات الصعوبات التعليميّة بحسب نوع المدرسة التي يتمّ التعليم فيها (خاصة/رسميّة)؟
6. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في مستويات الصعوبات التعليميّة تُعزى لعدد سنوات الخبرة المهنيّة؟
7. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في مستويات الصعوبات التعليميّة تُعزى لعدد الدورات التدريبيّة المختصّة بالتعليم عن بُعد؟

8. ما هي أبرز الحلول التي يقترحها المعلمين لمواجهة الصعوبات التعليمية؟

فرضيات الدراسة؛ تفترض الدراسة الآتي:

1. يتميز معلّم المرحلة المتوسطة في المدارس اللبنانية بمستويات منخفضة من الصحة النفسية.
2. يُعاني معلّم المرحلة المتوسطة من صعوبات تقنية وإجتماعية.
3. توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الصعوبات التعليمية وبين الصحة النفسية لدى المعلمين.
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصحة النفسية تُعزى لمتغير الصعوبات التعليمية.
5. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصعوبات التعليمية بحسب نوع المدرسة التي يتمّ التعليم فيها لصالح الرسمي منها.
6. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصعوبات التعليمية تُعزى لعدد سنوات الخبرة المهنية لصالح الأقل خبرة.
7. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصعوبات التعليمية تُعزى لعدد دورات التدريبية المختصة بالتعليم عن بُعد.
8. إن أبرز الحلول التي يقترحها المعلمون هي حلول ذات بُعد اجتماعي.

أهداف الدراسة

يهدف هذا البحث بشكلٍ عام إلى الوقوف على واقع الصحة النفسية لدى المعلمين من حيث تحديد مستوياتها، إضافةً إلى التعرف على أبرز التحديات والعوائق التي تحول دون التعلم عن بُعد، من وجهة نظر المعلمين لإفادة المعنيين بالمجال التربوي في منع هذه المعوّقات ونجاح عملية التعلم عن بُعد.

أما الأهداف الفرعية فتتمثل في الآتي:

- تحديد أبرز الصعوبات التعليمية التي تواجه معلّمي المرحلة المتوسطة في المدارس اللبنانية.
- التعرف على العلاقة الكامنة بين مستويات الصحة النفسية لدى المعلمين وبين الصعوبات التعليمية.
- التعرف على طبيعة ومستوى الصعوبات التعليمية في ضوء نوع المدرسة وعدد سنوات الخبرة وعدد الدورات التدريبية التي خضع لها المعلم.
- تصنيف وترتيب المعوّقات.
- الوصول بمعلمين قادرين على تطوير أساليب خاصة بهم تُساعدهم في الحدّ من المشاعر السلبية في ظلّ الظروف الضاغطة.
- الوصول بمعلمين يطورون مهارات الحوار الإيجابي الذاتي للحدّ من المشاعر السلبية ممّا ينعكس إيجاباً على أدائهم المهني.
- مساعدة المعلمين على إيجاد حلول للمشكلات والصعوبات التعليمية التي يُعانون منها في ظلّ التعليم عن بُعد، والتي إذا تمّ حلها، ساهمت في زيادة الدافعية والتحصيل العلمي للمتعلمين.

أهمية الدراسة ومبررات اختيار الموضوع:

أغلقت المدارس والجامعات اللبنانية أبوابها بدءاً من 29 شباط/فبراير الماضي، وبذلك بات هناك حوالي 1.132.178 متعلماً خارج مدارسهم الرسمية والخاصة. وبالتالي يتم الحديث عن حوالي 3500 مدرسة (هوارى، 2020، On-line). مباشرة بعدها انطلقت مبادرات فردية لتقديم الدروس عبر الإنترنت عبر منصات مثل google classroom ، وياشر المعلمون باستخدام تطبيق الرسائل القصيرة "واتساب" لإرسال الدروس إلى المتعلمين. ولا شك أنّ نجاح هذه العملية يتطلّب توافر مجموعة من

العناصر الأكبر شريحة ممكنة من المعلمين والمتعلمين معاً. والركن الأساس يتمحور حول المحتوى الرقمي التفاعلي، المتسم بال معايير الدولية للتعلّم الإلكتروني، والمنسجم مع عناصر المنهج اللبناني، والذي يتضمّن شرح موضوع أو مهارة معيّنة، وتقديم تمارين تطبيقية، ومتابعة مباشرة، بهدف تعميق اكتساب المتعلّم للكفاية المطلوبة، ومتابعة أدائه في أي وقت وأي مكان وزمان، مع قدرة المعلم على مواكبة تقدّم متعلميه، وتقديم الدعم اللازم لهم في إطار بيئة تعليمية - تعلمية متطورة. ويتكامل ذلك مع توفير الأدوات الإلكترونية اللازمة لتمكين المتعلمين والمعلمين من إنتاج وتشارك الموارد التربوية ضمن منظومة تعاونية محفزة. ويتطلب الأمر قبل كل ذلك جهوزية نفسية لدى المعلمين، ليكونوا مهئين لهذا الوضع الاستثنائي، وبالتالي يمكنهم مواكبة التحدي. فالتكيف مع نظام التدريس عبر الانترنت تحت الأزمة هو التحدي الأكبر لحلول التعليم والتعلّم التي يمكن أن تقدّمها المؤسسات للمساعدة في التعامل مع الوباء.

ورغم أنّ الجائحة بدأت منذ مدة غير قصيرة وكذلك التعليم عن بُعد امتدّ لأكثر من عام، إلا أنّ المتابعة الميدانية تكشف عن عدم استعداد وتهيؤ في المدارس ولا سيما الرسمية منها إن على مستوى الاستعداد النفسي أو اللوجستي، وحيث أنّه من الصعب التكهّن بموعد انتهاء الأزمة عالمياً وعربياً ومن منطلق أنّ مسيرة التعليم يجب ألا تتوقّف أيّاً كانت المعوقات، يُصبح من الضروري البحث في آليات مواجهة الأزمة لضمان استمرارية تقديم التعليم، الأمر الذي يدعو إلى البحث في واقع الصحة النفسية لدى المعلمين، وتحديد طبيعة الصعوبات التعليمية التي يواجهونها ومدى ارتباط ذلك ببعض المتغيّرات كنوع المدرسة والخبرة المهنية.

وتتبع أهمية هذه الدراسة من حقيقة أنّ كل المدارس اعتمدت نظام التعليم عن بُعد كبديل للتعليم التقليدي خلال الجائحة، لتمكين المتعلمين من استكمال الدروس والأنشطة التعليمية. ويحتاج هذا الوضع إلى الدراسة والتحقيق لمساعدة المدارس في تشخيصها والتعرّف على الصعوبات والعقبات التي حالت دون نجاحها، وإيجاد حلول ممكنة لتقليل هذه العقبات. الأهمية النظرية: تتمثل في أهمية الموضوع نفسه كونها تتناول مقارنة لم يتم البحث فيها بشكل كافٍ حتى الآن، ولا سيما في المجتمعات العربية واللبنانية تحديداً، في حدود العلم والاطلاع، إذ تعدّ دراسة الصحة النفسية لدى المعلمين في فترة التعليم عن بُعد وفي ظل الجائحة من الموضوعات المطلوبة في هذه الأونة. الأهمية العملية؛ وتتجسد في النقاط الآتية:

- قد تفيد هذه الدراسة وزارة التربية والتعليم في اتخاذ الإجراءات الوقائية اللازمة للحدّ من المشكلات المتعلقة بالصحة النفسية ممّا يُسهم في التقليل من تداعياتها السلبية على مستوى العملية التعليمية - التعلمية بشكل عام.
- يمكن لهذه الدراسة أن تُفيد إدارات المدارس في إيجاد حلول وتدخّلات مناسبة للحدّ من الصعوبات التي يواجهها المعلمون.
- قد تُفيد هذه الدراسة المتعلمين في التعرّف على مستويات الصحة النفسية لديهم خلال هذه الفترة ممّا يجعلهم أكثر وعياً بحالتهم النفسية الأمر الذي يُسهم في حتّمهم على العمل على تخطّي هذا الوضع.
- يمكن لهذه الدراسة أن تكون ذات فائدة على مستوى المتعلمين، كونها تعرض لبعض الحلول والمقترحات المستقاة من آراء المعلمين الأمر الذي يعود بالنفع على سير العملية التعليمية.

حدود الدراسة

تحدد نتائج الدراسة الحالية بالمحددات الآتية:

- الحدود الجغرافية: شملت الدراسة المدارس المتوسطة في كافة المحافظات اللبنانية.
 - الحدود الزمنية: أجريت الدراسة خلال الفترة (2021/03/07) - (2021/03/09).
 - الحدود البشرية: تكوّنت الدراسة من معلمي المرحلة المتوسطة في مدارس لبنان الرسمية والخاصة.
 - أخلاقيات الدراسة؛ راعت الدراسة في الجانب الميداني الجوانب الأخلاقية الآتية:
 - المحافظة على السرية؛ حيث تمّ التعامل مع المعلومات المستقاة من المبحوثين بكامل السرية.
 - عدم الإساءة المعنوية أو اللفظية للمبحوثين إن من خلال بنود وعبارات المقياس والاستمارة أو من خلال المقابلات.
- تحديد مصطلحات الدراسة:

- الصحة النفسية **Mental Health**: ترى منظمة الصحة العالمية (WHO, 2018) أنها حالة من الرفاه، يُدرك فيها الفرد قدراته الخاصة وتسمح له بالتعامل مع ضغوط الحياة العادية والعمل بشكلٍ منتج والمساهمة في المجتمع بشكلٍ فعّال. ويتم تحديد مستوى الصحة النفسية من خلال المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.
- فيروس كوفيد-19 **Covid-19**: تُشير بعض الكتابات إلى أنّ كورونا جائحة والبعض الآخر يقول أنها أزمة، وعموماً يمكن القول أنها أزمة نتجت عن جائحة كما أقرت اليونسكو والأمم المتحدة وغيرها. وفقاً لمنظمة الصحة العالمية (WHO, 2020) فيروسات كورونا هي مجموعة واسعة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والبشر. والمعروف أنّ عدداً من فيروسات كورونا تسبب أمراضاً تنفسية للإنسان، تتراوح شدتها من نزلات البرد العادية إلى أمراض أكثر شدة، خاصة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS) والمتلازمة التنفسية الحادة (SARS) وفيروس كورونا المكتشف حديثاً. أما جائحة كورونا فهي متلازمة تنفسية حادة وخيمة يسببها فيروس كورونا (SARS-Cov-2) وقد أعلنت منظمة الصحة العالمية في 31 ديسمبر (2019) تصنيف Covid-19 على أنه جائحة (Mayo Clinic, 2019)، و(كو) تعني كورونا، و(في) تعني فيروس و(د) تعني داء أو Disease باللغة الإنكليزية، ورقم (19) يُشير إلى السنة التي أعلن فيها تفشي الوباء.
- التعليم عن بُعد **E-Learning**: تُشير الجمعية الأميركية للتعلّم عن بعد The American Association for Distance Learning (USDLA)(2004) إلى أنه عملية نقل المعرفة والمهارات من خلال وسائل الاعلام المتنوعة بما في ذلك جميع أنواع التكنولوجيا والأشكال المختلفة لمستوى التعليم عن بُعد. وهو حسب Singh & Thurman (2019) وضع تعليمي يتطلب التواصل بين المعلم والمتعلم من خلال وسائل متعدّدة الوسائط التعليمية عبر تقنيات الاتصالات السميّة والبصريّة الحديثة. وهو تعليم رسمي قائم على مجموعة التعلّم ويتم خلاله استخدام أنظمة الاتصالات التفاعلية لربط المتعلمين والموارد والمعلمين (Simson, 2019: 31). ووفقاً لجودة وآخرون (Jawda et al (2016) يُعتبر التعليم عن بُعد طريقة جديدة لتعليم الكثير من المتعلمين، لأنها تتبنّى أساليب تختلف عن تلك المستخدمة في التعليم التقليدي، فهناك العديد من الطرائق المستخدمة لنقل المعلومات إلى المتعلمين، بدلاً من الاعتماد على وحدة المصدر، كما هو الحال في التعليم التقليدي على سبيل المثال، ويتميز بالمرونة إذ يمكن للمتعلم أن يتلقّى تعليمه في أي وقت وفي أي مكان. ويتحدّد التعليم عن بُعد إجرائياً في الدراسة الحالية باستخدام المعلمين للوسائط التعليمية والتطبيقات المختلفة.

الجانب النظري للدراسة:

لقد أصبح التعليم عن بُعد يُشكّل ضرورة ملحة في ظلّ الأزمات وانتشار الأوبئة والفيروسات بين الحين والآخر. وبما أنّ التعليم من المهام التي لا يمكن الاستغناء عنها أو استبدالها بأي نظام آخر، كان للتعليم عبر الإنترنت أهمية كبيرة في ظلّ ما يواجهه العالم من تحديات. وعلى المجتمع أن يضع في تصوّره أنّ ضمان فعالية التعليم عن بُعد تعتمد على عدّة استراتيجيات، منها الإعداد الجيد للمحتوى، التفاعل بين المعلم والمتعلم، الإعداد والدعم الجيد للمعلمين وخلق الشعور بمجتمع التعلّم عبر الإنترنت. الآثار المترتبة على التعليم عن بُعد: رغم ضرورة إيجاد مخرج لاستمرار التعليم في ظلّ انتشار الوباء، فإنّ عبء العمل لإعداد التعليم عبر الإنترنت والتحوّل الرقمي ليس بالأمر السهل. فالتعليم عبر شاشات إلكترونية ومنصات تعليمية قد لا يُتاح لجميع المتعلمين، لذا قبل تحقيق هذا النوع من التعليم لا بدّ من إتاحة الفرصة للمتعلّمين على التعلّم الذاتي والتدريب على التفكير أولاً، ثم توافر الموارد والإمكانات مع ضرورة توافر بنية تحتية مناسبة وكافية تدعم تحقيق هذا الغرض. وهذا ما أوضحتها دراسة Li & Lalani (2020) من ضرورة التغلب على التحديات أولاً، وأهمها النقص الموجود عند كثير من الأسر في الوصول للتكنولوجيا للمشاركة في التعلّم الرقمي وذلك حتى لا تتسع الفجوة بين نواتج التعلّم.

عيوب التعليم عن بُعد: يمكن تمييز العديد من العقبات التي تُعيق التعليم عن بُعد من بين العيوب الرئيسية للتعليم عن بُعد بوساطة تكنولوجيا المعلومات الافتقار إلى التفاعل المباشر والتواصل بين المعلم والمتعلم (Al- Saleh, 2013)، إضافةً إلى حاجة المعلمين والمتعلمين إلى التدريب على استخدام الإنترنت، ونقص البنية التحتية التكنولوجية في المدارس، والوصول إلى الإنترنت الآمن والسرعة العالية للإنترنت ممّا يؤدي إلى الوصول السريع إلى البيانات والمعلومات ومن ثمّ يؤدي هذا الأمر إلى التبادل الآمن بين مستخدم الشبكة ومزوّد خدمة الإنترنت على وجه التحديد أثناء الاتصال الإلكتروني خلال الامتحانات (Jawida et al, 2019).

دور المعلم في ظلّ أزمة كوفيد-19: في ظلّ انتشار الفيروس استطاع المعلمون أن يدعموا بعضهم البعض ويخلقوا شبكات قوية مع متعلّميهم، مع التأكيد على أنّه لا يوجد شيء يمكن أن يحلّ محلّ المدرسة التي تتجاوز عملية نقل المعلومات إلى الشعور بالأمان والرفاهية العاطفية (Beka, 2020). وقد أدّى إغلاق المدارس والحجر الصحي المنزلي والتشتيت الاجتماعي إلى قلق مفاجئ حتى بين المعلمين. وقد قام المعلمون في لبنان الذين لديهم معرفة بالتعامل مع شبكة الإنترنت إلى التواصل مع متعلّميهم بكافة الطرق المتاحة والتي يُجيدون استخدامها وبالتالي تنفيذ الحصص الافتراضية والتعامل من خلال برامج التواصل عن بُعد.

الصعوبات التي تواجه المعلم والمتعلم في التعامل عن بُعد: إنّ دور المعلم لا غنى عنه في العملية التعليمية، فمن خلاله يتحقّق نجاح المتعلم. ويساعد المعلم المتعلمين على تعلّم المحتوى من خلال الردود على الأسئلة المطروحة، جعل عملية التعلّم ممتعة، استخدام النمذجة في العمل مع توافر التعاطف والاحترام والمرونة. ومع الإغلاق المفاجئ للمدارس أصبح دور العديد من المعلمين في العديد من البلدان غير مؤكّد لعدّة أسباب منها عدم قدرته على استخدام التكنولوجيا بشكل فعّال وصعوبة التواصل والتدريس من خلال الحصص الافتراضية مقارنة بالحصص الواقعية. لذا اقترح البنك الدولي ثلاثة مبادئ لدعم دور المعلم أثناء انتشار الوباء. يتمثّل المبدأ الأول في تعزيز مرونة المعلم. حيث يواجه الجميع ومنهم المعلم ضغطاً نفسياً متزايداً بشأن القلق الناجم على المستقبل إن على مستوى الوضع الاقتصادي أو فقدان الأحباب. لذا لا بدّ من تعزيز مرونة المعلم من خلال:

- حماية وظائف المعلمين ورواتبهم.
- الحدّ من الإجهاد المحتمل بشأن الإصابة بالفيروس عند إعادة فتح المدارس واحتمال الإصابة بالعدوى والخسارة التي تحدث في مهاراتهم نظراً لأنّ الكثير منهم قد لا يمتلكونها.

- أما المبدأ الثاني فيتمثل في دعم المعلم تعليمياً وذلك بسبب التآكل المحتمل لمهاراته، بالإضافة إلى فقدان المتعلم للكثير من العادات التي سبق تعلمها، ويتم دعمه تعليمياً من خلال:
- التركيز على استراتيجيات التطوير المهني للمعلم.
 - إعداد المعلم للتعليم العلاجي الفعال مع المتعلمين.
- أما المبدأ الثالث فيتمثل في دعم المعلم تكنولوجياً، إذ عليه أن يكون ماهراً من الناحية التكنولوجية كجزء من وظيفته، ويتم ذلك من خلال:
- تزويد المعلم بالتكنولوجيا من خلال الوصول إلى البث والمنصات الرقمية وقنوات الاتصال.
 - بناء مهارات المعلم لاستخدام البث والرقمية، وقنوات الاتصال للتعليم.
 - تشجيع المعلم على الاستخدام المتكرر من الأدوات الرقمية لإدارة أنظمة الاتصال والتعلم (World Bank Group, May, 2020).
- الآثار السلبية للتعليم عن بُعد: مع نظام التعليم عن بُعد قد لا تسمح ظروف الأسرة بالمتابعة الدائمة عبر دروس الانترنت، وهو ما يسبب فقدان الكثير من الأطفال فرصة متابعة الدراسة، ومع هذا النوع من التعليم قد يفقد المتعلم دافعية التعلم وخاصة مع صغار السن، ويمكن إبراز تلك الآثار السلبية في الآتي:
- يشعر المتعلمون بنقص الدعم والطمأنينة، وخاصة عندما يكون محتوى التعلم أكثر صعوبة.
 - فقدان الدافع الذاتي للتعلم.
 - فترة الحصة الافتراضية تكون قصيرة عن التعلم بالطرق التقليدية، مما يتطلب استيعاب محتوى التعلم في فترة زمنية أقصر (Kiryakova, 2009: 31).
 - اتصال شخصي محدود بين المعلم والمتعلم.
 - صعوبة تنظيم الوقت بشكل جيد (Fojtik, 2018: 16).
- مظاهر الصحة النفسية: تتميز الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية بعدة خصائص تتمثل في:
- الراحة النفسية، فالشخص ذو الصحة النفسية يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات والصمود حيال الأزمات دون أن يلجأ إلى أساليب غير ملائمة لحل أزمته (الداهري، 2005:44).
 - تقبل الذات، ويقصد به أن يتقبل الفرد ذاته بضعفها وقوتها وأن يشعر بالرضا عن الحياة التي يعيشها في الحاضر ويخطط للمستقبل (الأحمد، 2000: 41).
 - مواجهة مطالب الحياة، ويتضمن ذلك مواجهة المشكلات في الحياة اليومية وحلها وتحمل المسؤولية الاجتماعية في العمل والأسرة.
 - المرونة، وتتضمن القدرة على التوافق لمواجهة الصراع والإحباط وذلك لحل المشكلات (سرى، 2000: 30).
 - التكامل النفسي، أي الأداء الوظيفي الكامل والمتناسق للشخصية ككل جسدياً، عقلياً، انفعالياً واجتماعياً.
 - الشعور بالسعادة مع الآخرين، ويتمثل ذلك في حب الآخرين وتقبلهم، والثقة فيهم واحترامهم والتضحية من أجلهم (الزهران، 2005: 13).
 - القدرة على العمل والانتاج، ويقصد به قدرة الفرد على الانتاج المعقول في حدود ذكائه واستعداداته الجسدية، والقدرة أيضاً على إحداث تغييرات إصلحية في مجتمعه وبيئته.

- التفاوض دون إفراط أو إسراف (الشاذلي، 2001: 34).

الصحة النفسية للمعلم إذا ما تم إسقاط تعريف منظمة الصحة العالمية، الوارد سابقاً حول الصحة النفسية، في الوسط المدرسي يُلاحظ أن أن الصحة النفسية للمعلم تستلزم تحقيق التوازن بين مختلف المظاهر الجسدية، النفسية، الاجتماعية، الاقتصادية والمعرفية له، حيث لا يُعتبر هذا التوازن كمياً فقط لكنه ذاتياً بالدرجة الأولى، تحدده عدة أبعاد لعل أهمها الرضا المهني والراحة النفسية في العمل. وتُعتبر الانفعالات من العوامل الأساسية التي تُحدد الصحة النفسية للمعلم إن لم تكن أهمها والتي تؤثر على جودة الحياة في عمله (Coste, 2014: 23). ويتأثر مستوى الصحة النفسية بمستوى ضغوط مهنة التعليم التي يتعرض لها المعلم، فإذا كانت هذه الضغوط في أعلى مستوياتها فإن ذلك ينعكس سلباً على نفسيته وعلى أدائه المهني (أبو كريك، 2007: 4-5). ولا شك أن صحة المعلم النفسية ضرورية لنجاحه في عمله، فالمعلم الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة هو أقدر من غيره على قيادة متعلميه ومعاونتهم على تحقيق التوافق (زيدان، 2005: 265).

منهج الدراسة ومتغيراتها:

بما أن الدراسة تسعى إلى الوقوف على واقع ومستوى الصحة النفسية لدى المعلمين في ظل جائحة كورونا وفي ظل تجربة التعليم عن بُعد، يُعتبر المنهج الوصفي ذو النمط المسحي، هو الأكثر ملاءمة كونه يهدف إلى وصف الظاهرة المدروسة وتحديد المشكلة وإبراز الظروف والممارسات لوضع الخطط المستقبلية (تدمري، 2020: 109). وقد تم اعتماد البحث المسحي العرضي، حيث تم دراسة عينة من المجتمع في فترة زمنية تحددت تقريباً بشهرين بدءاً من (2021/03/07) حتى (2021/05/23). وقد ارتكزت الدراسة في جمع المعلومات على الأسلوب الكمي، ثم انتقلت بعد ذلك إلى الأسلوب الكيفي للحصول على بعض معلومات معمقة وأكثر دقة حول الحول التي يمكن اقتراحها لمعالجة الصعوبات التي تواجههم إن على مستوى الصحة النفسية أو على مستوى التعليم عن بُعد. وبهذا تكون الدراسة الحالية قد اعتمدت الأسلوب المختلط Mixed Method باستخدام المدخلين الكمي والكيفي بشكلٍ متتابعي Sequentially، والهدف من ذلك هو الاستفادة من التكامل والقوة التي يتميز بها الأسلوبين، وتحقيق فهم أفضل لموضوع الدراسة. وترتبط الدراسة بالمتغيرات الآتية: الصحة النفسية، الصعوبات التعليمية، نوع المدرسة التي يتم التعليم فيها، سنوات خبرة وعدد الدورات التدريبية.

عينة الدراسة:

تنقسم عينة الدراسة إلى عينة إستطلاعية، وعينة الدراسة الأساسية. وفيما يأتي شرح لخصائص العيّنتين:

1. **العينة الإستطلاعية:** تألفت عينة الدراسة الإستطلاعية من (521) من معلمي المرحلة المتوسطة من مختلف المحافظات اللبنانية، تم تنفيذ الأدوات معها عبر نموذج Google Form على شبكة الإنترنت خلال الفترة الزمنية الممتدة بين (2021/03/07) - (2021/03/09).

2. **العينة الفعلية:** تألفت عينة الدراسة الحالية من (1209) من معلمي المرحلة المتوسطة من مختلف المحافظات اللبنانية، تراوحت أعمارهم بين (21 - 65) سنة، وقد تم استخدام طريقة العينة المتيسرة (عينة الصدفة) وذلك نظراً لسهولة هذه الطريقة في الوصول إلى أكبر عدد ممكن من المعلمين والمعلمات، خاصة في فترة جائحة كورونا، بحيث تم توزيعها عبر نموذج غوغل Google Form على شبكة الإنترنت خلال الفترة الزمنية الممتدة بين (2021/03/07) - (2021/05/23). وقد توزعت العينة على الشكل الآتي:

جدول رقم (1): توزيع العينة حسب الفئة العمرية

النسبة المئوية	العدد	الفئة العمرية
64.9%	785	مرحلة الرشد المبكر (21 - 40)
35%	423	مرحلة الرشد المتوسط (40 - 64) سنة
0.1%	1	مرحلة كبار السن (أكثر من 64 سنة)
100%	1209	المجموع

جدول رقم (2): توزيع العينة حسب المحافظة

النسبة المئوية	العدد	المحافظة
6%	73	بيروت
24.3%	294	جبل لبنان
16.5%	200	لبنان الشمالي
14.9%	180	لبنان الجنوبي
8.6%	104	البقاع
17.6%	213	النيطية
4.6%	56	بعلبك - الهرمل
7.4%	89	عكار
100%	1209	المجموع

جدول رقم (3): توزيع العينة حسب نوع المدرسة التي يتم التعليم فيها

النسبة المئوية	العدد	نوع المدرسة
50.8%	614	رسمية
49.2%	595	خاصة
100%	1209	المجموع

جدول رقم (4): توزيع العينة حسب سنوات الخبرة التعليمية

النسبة المئوية	العدد	سنوات الخبرة
8.3%	100	(0 - 2) سنة
14.1%	171	(3 - 5) سنوات
19.7%	238	(6 - 10) سنوات
57.9%	700	10 سنوات أو أكثر
100%	1209	المجموع

جدول رقم (5): توزيع العينة حسب عدد الدورات التدريبية المرتبطة بالتعليم عن بُعد

النسبة المئوية	العدد	عدد الدورات التدريبية
18%	218	صفر
35.6%	430	(1 - 2)
18.4%	222	(3 - 4)
7.3%	88	(5 - 6)
20.8%	251	7 أو أكثر
100%	1209	المجموع

أدوات الدراسة: اعتمدت الدراسة على الأدوات الآتية

1. إستمارة البيانات الديموغرافية: تمّ تصميم إستمارة لجمع البيانات الديموغرافية المتمثلة في متغيرات العمر، والنوع الاجتماعي، والمحافظة، والوضع الاجتماعي، وعدد الأولاد، والمستوى الدراسي، ونوع المدرسة التي يتمّ التعليم فيها، والمنصة المستخدمة في التعليم، وسنوات الخبرة المهنية، وعدد الدورات التدريبية المختصة بالتعليم عن بُعد، وعدد ساعات العمل في اليوم بما فيها التحضير والتعليم.

2. المقياس العربي للصحة النفسية: وهو من تأليف "أحمد محمد عبد الخالق" (2016)، ويتضمّن (40) بنداً موزعاً على (6) مقاييس فرعية هي: الرضا، الثقة بالنفس، التفاؤل، الفرح، الحياة ذات المعنى والإستقرار. بالإضافة إلى تضمّنه على (10) بنود لا تنتمي لأي بُعد، وتعدّ بنوداً إضافية أو حشو، ولا تدخل في الدرجة الكلية للمقياس. وقد تمّ إختيار المقاييس الفرعية المرتبطة بالرضا، الثقة بالنفس، التفاؤل والإستقرار. وبالتالي فقد بلغ عدد البنود (27) بنداً أو عبارة، توزّعت على الشكل الآتي:

جدول رقم(6): عبارات المقاييس الفرعية للصحة النفسية

رقم العبارة	عدد العبارات	المقياس الفرعي
11 - 7 - 6 - 4 - 3 - 1	6	الرضا
27 - 26 - 23 - 18 - 13 - 2	6	الثقة بالنفس
25 - 20 - 19 - 16 - 14 - 8 - 5	7	التفاؤل
24 - 22 - 21 - 17 - 15 - 12 - 10 - 9	8	الإستقرار

وقد تمّ تحويل بعض العبارات من عبارات سلبية إلى عبارات إيجابية، كما يُبيّن الجدول الآتي:

جدول رقم (7): نوع عبارات مقياس الصحة النفسية

رقم العبارة	نوع العبارة	رقم العبارة	نوع العبارة	رقم العبارة	نوع العبارة
1	إيجابية	10	سلبية	19	إيجابية
2	سلبية	11	إيجابية	20	سلبية
3	إيجابية	12	إيجابية	21	إيجابية
4	إيجابية	13	إيجابية	22	إيجابية
5	إيجابية	14	سلبية	23	إيجابية
6	إيجابية	15	إيجابية	24	سلبية
7	سلبية	16	إيجابية	25	سلبية
8	إيجابية	17	إيجابية	26	إيجابية
9	إيجابية	18	سلبية	27	إيجابية

تتوزّع العبارات على سلّم ليكرت خماسي (1 - 5) درجة، بحيث يتمّ تصحيح العبارات الإيجابية على النحو الآتي:

- (5) درجات إجابة "تنطبق بدرجة مرتفعة جداً".
- (4) درجات إجابة "تنطبق بدرجة مرتفعة".
- (3) درجات إجابة "تنطبق بدرجة متوسطة".
- (2) إجابة "تنطبق بدرجة منخفضة".
- (1) إجابة "لا تنطبق".

أما العبارات السلبية فهي تُصحّح في الإتجاه العكسي، بمعنى أنّ هذه العبارات تصحّح كالاتي:

- لإجابة "تتطبق بدرجة مرتفعة جداً".
- (2) لإجابة "تتطبق بدرجة مرتفعة".
- (3) درجات لإجابة "تتطبق بدرجة متوسطة".
- (4) درجات لإجابة "تتطبق بدرجة منخفضة".
- (5) درجات لإجابة "لا تتطبق".

يتراوح المجموع الكلي للاختبار ما بين (27 - 135)، بحيث يُشير إرتفاع الدرجة على المقياس إلى مستوى صحة نفسية مرتفعة أي جيدة، وبالعكس يُشير إنخفاض درجة المبحوث على المقياس إلى مستوى صحة نفسية منخفضة.

أ. الصدق: تمّ قياس صدق الإتساق الداخلي لمقياس الصحة النفسية من خلال إيجاد مُعامل الارتباط بين درجات الإختبارات الفرعية (الرضا، الثقة بالنفس، التفاؤل والإستقرار) وبين الدرجة الكلية التي حصل عليها المبحوث على المقياس. ويوضح الجدول الآتي مُعامل الارتباط هذه.

جدول رقم (8): إرتباط درجة المقاييس الفرعية بالدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية

مستوى الدلالة	مُعامل إرتباط بيرسون	المقاييس الفرعية لمقياس الصحة النفسية
0.00	0.885	الرضا
0.00	0.663	الثقة بالنفس
0.00	0.9	التفاؤل
0.00	0.925	الإستقرار

يتضح من الجدول أعلاه أنّ مُعامل الارتباط تراوحت قيمتها بين (0.663) و(0.9) بدلالة إحصائية عند مستوى (0.00)، وهي مُعامل إرتباط مرتفعة تشير إلى تمّع المقياس بالصدق وتماسك بنوده.

ب. الثبات: للتحقق من ثبات مقياس الصحة النفسية تمّ استخدام مُعامل ثبات ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha، وقد بلغت قيمتها (0.932)، وهي مُعامل ثبات مرتفعة تُشير إلى تمّع المقياس بالثبات.

جدول رقم(9): مُعامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الصحة النفسية

عدد العبارات	مُعامل ثبات ألفا كرونباخ
27	0.932

3. إستمارة لقياس الصعوبات التعليمية: بعد الإطلاع على عدد من الأدبيات والدراسات كدراسة (Gupta et al 2016) و (Kebritchi et al 2017) و (Singh 2016) المرتبطة بالصعوبات التي قد تواجه المعلمين أثناء أدائهم لمهنة التعليم عبر الإنترنت، تمّ وضع إستمارة للتعرف على هذه المشكلات، وقياس شدتها. تتناول الإستمارة صعوبات مرتبطة بالمحتوى التعليمي من حيث وضعه وإعداده وشرحه، والصعوبات التقنية والفنية المرتبطة بالمنصات التعليمية الإلكترونية وبالبنية التحتية، والصعوبات

المرتبطة بالتفاعل مع المتعلمين، والصعوبات المادية من حيث الإمكانيات والمردود المادي، بالإضافة إلى العبء الزائد، والدعم الاجتماعي المعنوي والمادي والتقني من قبل عائلة المعلم وإدارة المدرسة، والدافعية نحو مهنة التعليم عبر الإنترنت. تتضمن الإستمارة (56) عبارة، والجدول الآتي يُظهر العبارات المرتبطة بكل مقياس فرعي:

جدول رقم (10): عبارات المقاييس الفرعية للصعوبات التعليمية

رقم العبارة	عدد العبارات	المقياس الفرعي
48 - 39 - 31 - 22 - 15 - 8 - 1	7	المحتوى التعليمي
40 - 32 - 23 - 16 - 5	5	الصعوبات التقنية والفنية
49 - 41 - 33 - 25 - 24 - 9 - 2	7	التفاعل مع المتعلمين
43 - 34 - 18 - 6	4	الصعوبات المادية
56 - 50 - 44 - 35 - 26 - 19 - 10 - 3	8	عبء العمل الزائد
55 - 51 - 45 - 42 - 36 - 30 - 27 - 20 - 11 - 4	10	نقص الدعم الاجتماعي من قبل العائلة
53 - 46 - 37 - 28 - 12	5	نقص الدعم الاجتماعي من قبل الإدارة
54 - 52 - 47 - 38 - 29 - 21 - 17 - 14 - 13 - 7	10	ضعف الدافعية نحو التعليم عبر الإنترنت

تتوزع العبارات على سلم ليكرت خماسي (1 - 5) درجة، بحيث يتم تصحيحها كما يلي:

- (5) درجات لإجابة "تنطبق بدرجة مرتفعة جداً".
- (4) درجات لإجابة "تنطبق بدرجة مرتفعة".
- (3) درجات لإجابة "تنطبق بدرجة متوسطة".
- (2) لإجابة "تنطبق بدرجة منخفضة".
- (1) لإجابة "لا تنطبق".

وتترواح الدرجة الكلية بين (56 - 280) درجة، بحيث تُشير الدرجة المرتفعة إلى شدة الصعوبات التعليمية التي قد يُعاني منها معلّمو التعليم المتوسط، وبالعكس تُشير الدرجة المنخفضة إلى إنخفاض أو قلة الصعوبات التعليمية.

أ. الصدق

- صدق الإتساق الداخلي: تم قياس صدق الإتساق الداخلي لمقياس أو إستمارة الصعوبات التعليمية من خلال إيجاد مُعامل الارتباط بين جميع عبارات المقياس وبين الدرجة الكلية التي حصل عليها المبحوث، وبين عبارات المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للمقياس الفرعي الخاص بها، وكذلك بين درجات المقاييس الفرعية وبين الدرجة الكلية للمقياس. وتوضّح الجداول الآتية مُعامل الارتباط:

جدول رقم (11): إرتباط درجة العبارات بالدرجة الكلية لمقياس الصعوبات التعليمية

رقم العبارة	مُعامل إرتباط بيرسون	مستوى الدلالة	رقم العبارة	مُعامل إرتباط بيرسون	مستوى الدلالة	رقم العبارة	مُعامل إرتباط بيرسون	مستوى الدلالة
1	0.460	0.00	21	0.315	0.00	41	0.498	0.00
2	0.390	0.00	22	0.552	0.00	42	0.485	0.00
3	0.608	0.00	23	0.494	0.00	43	0.476	0.00
4	0.585	0.00	24	0.549	0.00	44	0.423	0.00
5	0.555	0.00	25	0.618	0.00	45	0.579	0.00
6	0.447	0.00	26	0.491	0.00	46	0.470	0.00
7	0.320	0.00	27	0.566	0.00	47	0.419	0.00
8	0.445	0.00	28	0.375	0.00	48	0.564	0.00
9	0.500	0.00	29	0.317	0.00	49	0.508	0.00
10	0.587	0.00	30	0.547	0.00	50	0.518	0.00
11	0.679	0.00	31	0.630	0.00	51	0.570	0.00
12	0.563	0.00	32	0.470	0.00	52	0.386	0.00
13	0.585	0.00	33	0.520	0.00	53	0.345	0.00
14	0.628	0.00	34	0.599	0.00	54	0.641	0.00
15	0.573	0.00	35	0.522	0.00	55	0.547	0.00
16	0.464	0.00	36	0.611	0.00	56	0.530	0.00
17	0.352	0.00	37	0.479	0.00			
18	0.518	0.00	38	0.415	0.00			
19	0.438	0.00	39	0.508	0.00			
20	0.621	0.00	40	0.520	0.00			

يُظهر الجدول أعلاه مُعامل الإرتباط بين عبارات مقياس الصعوبات التعليمية وبين الدرجة الكلية للمقياس، وقد تراوحت قيمتها بين (0.315) و(0.679)، وجميعها دالة على مستوى (0.00)، مما يُشير إلى تماسك بنود المقياس وتمنّعه بالصدق.

جدول رقم (12): إرتباط درجة العبارات بالدرجة الكلية للمقاييس الفرعية

المقياس الفرعي	عدد العبارات	رقم العبارة	مُعامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
المحتوى التعليمي	7	1	0.684	0.00
		8	0.677	0.00
		15	0.705	0.00
		22	0.753	0.00
		31	0.805	0.00
		39	0.645	0.00
		48	0.637	0.00
الصعوبات التقنية والفنية	5	5	0.760	0.00
		16	0.688	0.00
		23	0.669	0.00
		32	0.670	0.00
		40	0.673	0.00
		2	0.628	0.00
		9	0.701	0.00
التفاعل مع المتعلمين	7	24	0.711	0.00
		25	0.779	0.00
		33	0.520	0.00
		41	0.703	0.00
		49	0.679	0.00
		6	0.631	0.00
		18	0.808	0.00
الصعوبات المادية	4	34	0.840	0.00
		43	0.732	0.00
		3	0.660	0.00
		10	0.620	0.00
		19	0.614	0.00
		26	0.642	0.00
		35	0.684	0.00
عبء العمل الزائد	8	44	0.604	0.00
		50	0.659	0.00
		56	0.577	0.00
		4	0.672	0.00
		11	0.832	0.00
		20	0.741	0.00
		27	0.631	0.00
		30	0.735	0.00
نقص الدعم الاجتماعي من قبل العائلة	10	36	0.793	0.00
		42	0.681	0.00
		45	0.747	0.00
		51	0.724	0.00
		55	0.678	0.00
		12	0.765	0.00
		28	0.692	0.00
		37	0.799	0.00
نقص الدعم الاجتماعي من قبل الإدارة	5	46	0.611	0.00
		53	0.664	0.00
		7	0.499	0.00
		13	0.748	0.00
		14	0.792	0.00
		17	0.655	0.00
		13	0.748	0.00
		14	0.792	0.00
ضعف الدافعية نحو التعليم عبر الإنترنت	10	13	0.748	0.00
		14	0.792	0.00

يُظهر الجدول أعلاه مُعامل الارتباط بين المقاييس الفرعية لمقياس الصعوبات التعليمية وبين جميع العبارات المرتبطة بها، وقد تراوح قيمة مُعامل الارتباط بين المقياس الفرعي للمحتوى التعليمي وبين العبارات المرتبطة به (0.637) و(0.805)، في حين تراوحت مُعامل الارتباط بين المقياس الفرعي للصعوبات التقنية والفنية وبين العبارات المرتبطة به (0.669) و(0.760)، والتفاعل مع المتعلمين (0.520) و(0.779)، والصعوبات المادية (0.631) و(0.840)، وعبء العمل الزائد (0.577) و(0.684)، ونقص الدعم الاجتماعي من قبل العائلة (0.631) و(0.832)، ونقص الدعم الاجتماعي من قبل الإدارة (0.611) و(0.799)، وضعف الدافعية نحو التعليم عبر الإنترنت (0.499) و(0.792)، وجميعها كانت دالة على مستوى (0.00)، مما يُشير إلى تماسك بنود مقياس الصعوبات التعليمية والمقاييس الفرعية المرتبطة به، وتمنّعه بالصدق.

جدول رقم (13): إرتباط درجة المقاييس الفرعية بالدرجة الكلية لمقياس الصعوبات التعليمية

مستوى الدلالة	مُعامل إرتباط بيرسون	المقاييس الفرعية لمقياس الصعوبات التعليمية
0.00	0.763	المحتوى التعليمي
0.00	0.725	الصعوبات التقنية والفنية
0.00	0.752	التفاعل مع المتعلمين
0.00	0.677	الصعوبات المادية
0.00	0.817	عبء العمل الزائد
0.00	0.803	نقص الدعم الاجتماعي من قبل العائلة
0.00	0.630	نقص الدعم الاجتماعي من قبل الإدارة
0.00	0.725	ضعف الدافعية نحو التعليم عبر الإنترنت

يتضح من الجدول أعلاه أن مُعامل الإرتباط بين درجة المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (0.630) و(0.817) بدلالة إحصائية عند مستوى (0.00)، وهي مُعامل إرتباط مرتفعة تشير إلى تمتع المقياس بالصدق وتماسك بنوده.

- **الصدق التمييزي Discriminant Validity:** لقد تم إختيار نسبة (27%) من أفراد العينة من ذوي الدرجات العليا على عبارات المقياس و(27%) من ذوي الدرجات الدنيا، وبعدها تم تحليل عبارات المقياس إحصائياً باستخدام إختبار "ت" للعينات المستقلة Independent Samples T-Test لدراسة الفروق الإحصائية بين متوسط المجموعتين. والجدول رقم (14) يوضح النتائج على الشكل الآتي:

جدول رقم (14): جدول رقم دلالات الفروق بين متوسطات درجات المجموعة الأولى (الدنيا) والمجموعة الثانية (العليا) على كل عبارة من عبارات مقياس الصعوبات التعليمية.

رقم العبارة	المجموعة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
1	الأولى	140	1.45	0.713	-10.978	0.00
	الثانية	140	2.62	1.042		
2	الأولى	140	2.32	1.248	-10.254	0.00
	الثانية	140	3.83	1.211		
3	الأولى	140	1.70	0.942	-18.380	0.00
	الثانية	140	3.86	1.026		
4	الأولى	140	1.63	0.876	-18.385	0.00
	الثانية	140	3.79	1.083		
5	الأولى	140	1.54	0.835	-15.633	0.00
	الثانية	140	3.56	1.282		
6	الأولى	140	3.26	1.406	-11.523	0.00
	الثانية	140	4.74	0.592		
7	الأولى	140	1.03	0.206	-5.713	0.00
	الثانية	140	1.42	0.787		
8	الأولى	140	1.43	0.741	-9.115	0.00
	الثانية	140	2.54	1.232		
9	الأولى	140	2.18	0.998	-12.532	0.00
	الثانية	140	3.71	1.042		
10	الأولى	140	1.94	0.995	-14.558	0.00
	الثانية	140	3.71	1.041		
11	الأولى	140	1.25	0.467	-20.763	0.00
	الثانية	140	3.41	1.137		
12	الأولى	140	1.21	0.581	-12.919	0.00
	الثانية	140	2.79	1.324		
13	الأولى	140	1.88	1.128	-14.941	0.00
	الثانية	140	3.91	1.144		
14	الأولى	140	1.64	0.991	-17.175	0.00
	الثانية	140	3.86	1.167		
15	الأولى	140	1.59	0.905	-13.228	0.00
	الثانية	140	3.15	1.059		
16	الأولى	140	3.04	1.089	-12.201	0.00
	الثانية	140	4.45	0.834		
17	الأولى	140	1.20	0.732	-6.163	0.00
	الثانية	140	1.91	1.160		
18	الأولى	140	2.38	1.406	-14.297	0.00
	الثانية	140	4.48	1.021		
19	الأولى	140	1.80	1.012	-8.976	0.00
	الثانية	140	3.17	1.498		
20	الأولى	140	1.62	0.826	-18.501	0.00
	الثانية	140	3.74	1.070		
21	الأولى	140	1.08	0.466	-4.336	0.00
	الثانية	140	1.45	0.900		
22	الأولى	140	1.25	0.636	-13.297	0.00

يتضح من الجدول أعلاه أنّ قيم "ت" تراوحت بين (0.206) و (1.647) وجميع تلك القيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.00)، مما يشير إلى وجود فروق إحصائية بين المرتفعين والمنخفضين على مقياس الصعوبات التعليمية، وهو ما يؤكد على القدرة التمييزية لجميع عبارات المقياس.

ب. الثبات:

- ألفا كرونباخ: للتحقق من ثبات مقياس الصعوبات التعليمية تم استخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha، وقد بلغت قيمتها (0.947)، وهي معامل ثبات مرتفعة تُشير إلى تمتع المقياس بالثبات.

جدول رقم (15): معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الصعوبات التعليمية

عدد العبارات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
56	0.947

- ثبات التجزئة النصفية Split-Half: بحيث تم تقسيم المقياس إلى جزئين؛ يضم الجزء الأول العبارات الأولى حتى منتصف المقياس، والقسم الثاني يضم العبارات التي تبدأ من منتصف المقياس إلى نهايته. وجاءت النتائج على الشكل التالي:

جدول رقم (16): ثبات مقياس الصعوبات التعليمية باستخدام أسلوب التجزئة النصفية

عدد العبارات	معامل الارتباط	الجزء الأول	معامل ألفا كرونباخ
28	0.907	الجزء الأول	
عدد العبارات	معامل الارتباط	الجزء الثاني	معامل ألفا كرونباخ
28	0.902	الجزء الثاني	
قيمة الارتباط بين الجزئين			0.837
معامل سبيرمان - براون للتصحيح			0.911

يتبين من الجدول أعلاه أنّ الارتباط بين الجزء الأول والجزء الثاني بلغ (0.837)، كما بلغت معامل الارتباط بعد تصحيحها بمعامل سبيرمان - براون Spearman - Brown (0.911)، وهي معامل ارتباط جيدة وتدلّ على ثبات مقياس الصعوبات التعليمية. وقد تم اختيار معامل سبيرمان - براون للتصحيح بسبب تساوي معامل ألفا كرونباخ بين الجزئين وتساوي تباين درجات الأفراد على الجزئين، بحيث بلغت قيمة التباين على الجزء الأول (328.550) في حين كانت قيمتها على الجزء الثاني (303.257).

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة: لتحقيق أهداف الدراسة وإستخراج النتائج، تم استخدام عدد من الأساليب الإحصائية، وهي:

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- معامل ألفا كرونباخ: للتحقق من ثبات مقياسي الصحة النفسية والصعوبات التعليمية.
- معامل سبيرمان - براون Spearman - Brown: إستخدم للتحقق من ثبات مقياس الصعوبات التعليمية، فمن خلاله تم تصحيح معامل ثبات التجزئة النصفية.
- معامل ارتباط بيرسون Pearson: للتحقق من صدق المقاييس المستخدمة، وللتعرف على العلاقة بين المتغيرات وإتجاهها.

- اختبار "ت" للعينات المستقلة Independent Samples T-Test: للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطات حسابية لمجموعتين مستقلتين أو مختلفتين.
- اختبار تحليل التباين الأحادي One-Way ANOVA: للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطات حسابية لثلاث مجموعات مستقلة أو أكثر.
- اختبار "شيفيه" للفروقات البعدية Scheffe Post Hoc Test: للتعرف على مصادر الفروق بين المجموعات التي يُظهرها تحليل التباين الأحادي.
عرض ومناقشة النتائج:

نتائج الفرضية الأولى، والتي تنص على الآتي: يتميز معلّمو المرحلة المتوسطة في المدارس اللبنانية بمستويات منخفضة من الصحة النفسية. للتحقق من صحة هذه الفرضية أو خطأها، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل بُعد من أبعاد مقياس الصحة النفسية وللدرجة الكلية على المقياس، بالإضافة إلى النسب المئوية. والجدولين التاليين يُبين ذلك:

جدول رقم (17): التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على مقياس الصحة النفسية

النسبة المئوية	العدد	مستوى الصحة النفسية
9%	109	منخفض
62.7%	758	متوسط
28.3%	342	مرتفع
100%	1209	المجموع

يُظهر الجدول أعلاه أنّ (62.7%) من معلّمي المرحلة المتوسطة، من مختلف المحافظات اللبنانية، يتمتّعون بدرجة متوسطة من الصحة النفسية، كما أنّ (28.3%) يتمتّعون بدرجة مرتفعة من الصحة النفسية، في حين أنّ فقط (9%) من المعلّمين والمعلّمات يُعانون من درجة منخفضة من الصحة النفسية.

جدول رقم (18): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للصحة النفسية لدى معلّمي المرحلة المتوسطة

المستوى	الانحراف المعياري	متوسط الدرجات	الدرجة القصوى	المقاييس الفرعية لمقياس الصحة النفسية
متوسط	4.139	19.27	30	الرضا
مرتفع	3.752	23.61	30	الثقة بالنفس
متوسط	6.289	22.07	35	التفاؤل
متوسط	6.340	23.85	40	الإستقرار
متوسط	17.763	88.81	135	الدرجة الكلية

يُظهر الجدول أعلاه أنّ معلّمي المرحلة المتوسطة يتمتّعون بمستويات متوسطة من الصحة النفسية، حيث بلغ المتوسط الحسابي (88.81) من درجة قصوى تبلغ (135) درجة. كما يتبين أنّ المعلّمين والمعلّمات سجّلوا مستويات متوسطة على كلّ من المقاييس الفرعية المرتبطة بالرضا والتفاؤل والإستقرار، في حين سجّلوا مستويات مرتفعة من الثقة بالنفس. ممّا يُشير إلى عدم صحة الفرضية الأولى التي افترضت أنّ معلّمي المرحلة المتوسطة في المدارس اللبنانية يتمتّعون بمستويات منخفضة من الصحة النفسية. وبالتالي تم رفض هذه الفرضية وقبول الفرضية الصفرية.

نتائج الفرضية الثانية، والتي تنص على الآتي: يُعاني معلّمو المرحلة المتوسطة من صعوبات تقنية وإجتماعية. للتحقق من صحة هذه الفرضية أو خطأها، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل بُعد من أبعاد مقياس الصعوبات التعليمية وللدرجة الكلية على المقياس، بالإضافة إلى النسب المئوية. والجدولين الآتيين يُبينان ذلك:

جدول رقم (19): التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على مقياس الصعوبات التعليمية

النسبة المئوية	العدد	مستوى الصعوبات التعليمية
49.7%	601	منخفض
47.6%	575	متوسط
2.7%	33	مرتفع
100%	1209	المجموع

يُشير الجدول إلى أنّ (49.7%) من معلمي المرحلة المتوسطة، أي ما يُعادل نصف أفراد العينة، يُعانون من صعوبات تعليمية بمستوى منخفض، و(47.6%) يشكون من مستوى متوسط من الصعوبات التعليمية، في حين أنّ فقط (2.7%) من المعلمين والمعلمات يشكون من مستويات مرتفعة من الصعوبات التعليمية.

جدول رقم (20): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للصعوبات التعليمية.

المقاييس الفرعية لمقياس الصعوبات التعليمية	الدرجة القصوى	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	المستوى
المحتوى التعليمي	35	14.40	5.284	منخفض
الصعوبات التقنية والفنية	25	12.85	4.323	متوسط
التفاعل مع المتعلمين	35	21.18	5.856	متوسط
الصعوبات المادية	20	12.77	4.145	متوسط
عبء العمل الزائد	40	23.9	6.364	متوسط
نقص الدعم الاجتماعي من قبل العائلة	50	21.39	8.949	منخفض
نقص الدعم الاجتماعي من قبل الإدارة	25	10.22	4.648	منخفض
ضعف الدافعية نحو التعليم عبر الإنترنت	50	17.13	5.718	منخفض
الدرجة الكلية	280	133.84	34.277	متوسط

يُبين الجدول أنّ معلمي المرحلة المتوسطة يُعانون من صعوبات تعليمية بمستوى متوسط، حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (133.84) من درجة قصوى تبلغ (280). كما كانت المقاييس الفرعية المرتبطة بالصعوبات التقنية والفنية، وصعوبات التفاعل مع المتعلمين، والصعوبات المادية، وعبء العمل الزائد ذو مستويات متوسطة، وتتعاقد الصعوبات التي يُعاني منها المعلمين والمعلمات على التوالي: الصعوبات المادية التي كانت أكثر شدة، يليها التفاعل مع المتعلمين، ومن ثم عبء العمل الزائد، والصعوبات التقنية والفنية. في حين أنّ الصعوبات المرتبطة بالمحتوى التعليمي، ونقص الدعم الاجتماعي من العائلة والإدارة، وضعف الدافعية كانت ذو مستويات منخفضة، مما يُشير إلى أنّ معلمي المرحلة المتوسطة يتمتعون بدعم اجتماعي من قبل العائلة والإدارة، بالإضافة إلى أنّهم يتميزون بدافعية جيدة تجاه مهنتهم حتى في ظلّ التعليم عن بُعد. كما وأشار معلمي المرحلة المتوسطة إلى صعوبات أخرى يواجهونها أثناء أدائهم لعملهم، أبرزها: تكرار وإعادة المعلومات والدروس نفسها لعدد كبير من المجموعات، صعوبة التنسيق بين التعليم عن بُعد والعمل المنزلي والاهتمام بالأسرة، وجود أطفال (أقل من 4 سنوات) في المنزل، تداخل وقت تدريس المتعلمين مع وقت حصص أولاد المعلمين الذين هم أيضاً بحاجة للمتابعة في عملية التعليم عن بُعد، إستهتار الأهل بعملية التعليم عن بُعد وعدم إكترائهم، وعدم حتّ أولادهم وضبطهم خلال الحصص، بالإضافة إلى عدم الإشراف على دروسهم، المعاناة من أعراض جسدية بسبب الاستخدام الدائم للشاشات والجلوس لفترات طويلة مثل جفاف العيون وأوجاع في الرقبة والكتفين والظهر. وبالتالي، فإنّ الفرضية التي تنصّ على معاناة معلمي المرحلة المتوسطة من صعوبات تقنية واجتماعية قد تحققت.

نتائج الفرضية الثالثة، والتي تنصّ على وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الصعوبات التعليمية وبين الصحة النفسية لدى المعلمين. وللتحقّق منها تمّ حساب مُعامل ارتباط بيرسون، كما يُبين الجدول الآتي:

جدول رقم (2): مُعامل ارتباط بيرسون بين الصعوبات التعليمية والصحة النفسية

الصحة النفسية		
مستوى الدلالة	مُعامل الارتباط	
0.00	-0.529	الدرجة الكلية لمقياس الصعوبات التعليمية
0.00	-0.350	المحتوى التعليمي
0.00	-0.323	الصعوبات التقنية والفنية
0.00	-0.351	التفاعل مع المتعلمين
0.00	-0.377	الصعوبات المادية
0.00	-0.419	عبء العمل الزائد
0.00	-0.511	نقص الدعم الاجتماعي من قبل العائلة
0.00	-0.250	نقص الدعم الاجتماعي من قبل الإدارة
0.00	-0.503	ضعف الدافعية نحو التعليم عبر الإنترنت

يُظهر الجدول أعلاه مُعامل الارتباط بين الصعوبات التعليمية وبين الصحة النفسية لدى معلّمي المرحلة المتوسطة، والتي بلغت قيمتها (-0.529) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.00). ممّا يشير إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين الصعوبات التعليمية وبين الصحة النفسية، أي أنه كلما ازدادت الصعوبات التعليمية إنخفضت مستويات الصحة النفسية وأصبح المعلم أو المعلمة أكثر عرضة للإصابة بمشكلات مرتبطة بالصحة النفسية. كما يتبين أن مُعامل الارتباط بين المقاييس الفرعية لمقياس الصعوبات التعليمية وبين الصحة النفسية كانت جميعها عكسية ودالة عند مستوى دلالة (0.00). وهكذا فإن الفرضية التي تنص على وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الصعوبات التعليمية وبين الصحة النفسية لدى المعلمين تحققت.

نتائج الفرضية الرابعة، والتي تُشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصحة النفسية تُعزى لمتغير الصعوبات التعليمية. للتحقق منها تم حساب تحليل التباين الأحادي، بالإضافة إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية. وتظهر النتائج على الشكل الآتي:

جدول رقم (3): تحليل التباين الأحادي للصحة النفسية تبعاً لمتغير الصعوبات التعليمية

الصحة النفسية				مستوى الصعوبات التعليمية
دلالة "ف"	قيمة "ف"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.00	177.773	14.742	97.03	منخفض
		16.314	81.43	متوسط
		18.715	67.61	مرتفع

يظهر الجدول أعلاه أن قيمة "ف" بلغت (177.773) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.00)، ممّا يُشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المجموعات الثلاثة (المستوى المنخفض، والمتوسط، والمرتفع). ولأنّ قيمة "ف" كانت دالة تم إجراء اختبار "شيفيه" للفروقات البعدية للتعرف على مصادر الفروق بين المجموعات، وجاءت النتائج على الشكل الآتي:
 جدول رقم (23): مصادر الفروق بين مجموعات مستويات الصعوبات التعليمية باستخدام اختبار "شيفيه"

الدلالة الإحصائية	تباين المتوسطات	مستوى الصعوبات التعليمية
0.00	15.602	مستوى منخفض - مستوى متوسط
0.00	29.427	مستوى منخفض - مستوى مرتفع
0.00	13.825	مستوى متوسط - مستوى مرتفع

يتضح من الجدول أعلاه أنّ الفروق بين المجموعات الثلاثة كانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.00) وقد أتت هذه الفروق لصالح المعلمين والمعلمات ذوي مستوى صعوبات تعليمية منخفض، حيث بلغ المتوسط الحسابي (97.03)، وهو الأعلى مقارنةً بذوي المستوى المتوسط والمستوى المرتفع. وبالتالي فإنّ معلّمي المرحلة المتوسطة ذوي المستويات المنخفضة من الصعوبات

التعليمية يتمتعون بصحة نفسية جيدة مقارنة بأقرانهم ذوي المستويات المتوسطة والمرتفعة من الصعوبات التعليمية. وهكذا، فإن الفرضية قد تحققت.

نتائج الفرضية الخامسة، والتي تُشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصعوبات التعليمية بحسب نوع المدرسة التي يتم التعليم فيها. ولتحقق منها تم استخدام إختبار "ت" للعينات المستقلة، وأيضاً تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، وتظهر النتائج في الجدول الآتي:

جدول رقم (24): إختبار "ت" للعينات المستقلة للصعوبات التعليمية تبعاً لنوع المدرسة

الصعوبات التعليمية				نوع المدرسة
دلالة الإحصائية	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.00	-3.558	34.738	137.38	رسمية
		33.496	130.40	خاصة

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة "ت" بلغت (-3.558) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.00)، مما يُشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي المدارس الرسمية ومعلمي المدارس الخاصة وهي لصالح معلمي المدارس الرسمية الذين كانوا أكثر معاناة من صعوبات تعليمية مرتبطة بالتعلم عن بُعد مقارنة بمعلمي المدارس الخاصة، بحيث بلغ المتوسط الحسابي لمعلمي المدارس الرسمية (137.38) وهو أعلى من المتوسط الحسابي لمعلمي المدارس الخاصة. وهكذا، فإن الفرضية قد تحققت.

نتائج الفرضية السادسة، والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصعوبات التعليمية تُعزى لعدد سنوات الخبرة المهنية لصالح الأقل خبرة. ولتحقق منها تم حساب تحليل التباين الأحادي، بالإضافة إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية. وتظهر النتائج على الشكل الآتي:

جدول رقم (25): تحليل التباين الأحادي للصعوبات التعليمية تبعاً لمتغير سنوات الخبرة.

الصعوبات التعليمية				سنوات الخبرة
دلالة "ف"	قيمة "ف"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.355	1.083	41.6	130.80	(0 - 2) سنة
		32.437	134.49	(3 - 5) سنوات
		32.642	137	(5 - 10) سنوات
		34.277	133.04	أكثر من (10) سنوات

يُظهر الجدول أعلاه أن قيمة "ف" بلغت (1.083) وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.00)، بحيث بلغ مستوى الدلالة (0.355)، مما يُشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط مجموعات سنوات الخبرة. وبالتالي، فإن الفرضية لم تتحقق، وقد تم رفض هذه الفرضية، وقبول الفرضية الصفرية.

نتائج الفرضية السابعة، والتي تُشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصعوبات التعليمية تُعزى لعدد الدورات التدريبية المختصة بالتعليم عن بُعد. ولتحقق منها تم حساب تحليل التباين الأحادي، بالإضافة إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية. وتظهر النتائج على الشكل الآتي:

جدول رقم (26): تحليل التباين الأحادي للصعوبات التعليمية تبعاً لمتغير عدد الدورات التدريبية.

الصعوبات التعليمية				عدد الدورات التدريبية
دلالة "ف"	قيمة "ف"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.013	3.201	37.524	140.77	صفر
		34.083	133.90	(2 - 1)
		32.816	130.27	(4 - 3)
		30.345	131.55	(6 - 5)
		33.609	131.67	(7) أو أكثر

يظهر الجدول أعلاه أنّ قيمة "ف" بلغت (3.201) وهي دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.013)، ممّا يُشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصعوبات التعليمية تُعزى لعدد الدورات التدريبية. ولأنّ قيمة "ف" كانت دالة تم إجراء اختبار "شيفيه" للفروقات البعدية للتعرف على مصادر الفروق بين المجموعات، وجاءت النتائج على الشكل الآتي:

جدول رقم (27): مصادر الفروق بين مجموعات عدد الدورات التدريبية باستخدام اختبار "شيفيه"

الدلالة الإحصائية	تباين المتوسطات	عدد الدورات التدريبية
0.212	6.861	صفر - (2 - 1)
0.035	10.5	صفر - (4 - 3)
0.335	9.221	صفر - (6 - 5)
0.083	9.093	صفر - (7) أو أكثر
0.798	3.639	(4 - 3) - (2 - 1)
0.986	2.359	(6 - 5) - (2 - 1)
0.954	2.231	(7) أو أكثر - (2 - 1)
0.999	-1.280	(6 - 5) - (4 - 3)
0.995	-1.408	(7) أو أكثر - (4 - 3)
1	-0.128	(6 - 5) - (7) أو أكثر

يتضح من الجدول أعلاه أنّ الفروق كانت لصالح الفروقات بين مجموعة المعلمين الذين لم يتلقوا أية دورات تدريبية (صفر) وبين أولئك الذين تلقوا (3 - 4) دورات تدريبية، حيث بلغ مقدار الفرق بين المجموعتين (10.5) مع دلالة إحصائية عند مستوى (0.035)، وقد أتت هذه الفروق لصالح الذين لم يتلقوا دورات تدريبية التي كانت ذات المتوسط الحسابي الأعلى بحيث بلغ (140.77). ويتبين أيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات الأخرى. وتُشير هذه النتائج إلى أنّ المعلمين الذي لم يتلقوا أيّ دورات تدريبية مرتبطة بالتعليم عن بُعد كانوا أكثر مواجهة للصعوبات التعليمية مقارنةً بالذين تلقوا دورات تدريبية. وهكذا، فإنّ الفرضية قد تحققت.

نتائج الفرضية الثامنة، تنصّ الفرضية الثامنة على ما يلي: إنّ أبرز الحلول التي يقترحها المعلمون هي حلول ذات بُعد اجتماعي. وللتحقّق من صحة هذه الفرضية تم التواصل مع (13) فرداً من المشاركين في الدراسة بحيث تم اختيارهم بناءً على مستوى الصعوبات التعليمية التي يعانون منها، كما تم حساب النسب المئوية. والجدول التالي يبيّن توزيع الأفراد بحسب مستوى الصعوبات التعليمية.

جدول رقم (28): مستوى الصعوبات التعليمية لدى المشاركين

النسبة المئوية	العدد	مستوى الصعوبات التعليمية
30.8%	4	منخفض
38.4%	5	متوسط
30.8%	4	مرتفع
100%	13	المجموع

وقد تم إجراء مقابلات موجهة معهم بحيث طُرح مجموعة من الأسئلة الموضوعية مسبقاً والتي تم تقسيمها ضمن (7) أبعاد رئيسية والتي تمحورت حول الأبعاد الرئيسية لل صعوبات التعليمية (حلول مرتبطة بكل من المحتوى التعليمي، والصعوبات التقنية والفنية، وبالتفاعل مع المتعلمين، وبال صعوبات المادية، بالإضافة إلى العبء الزائد، والدعم الاجتماعي المعنوي والمادي والتقني، والدافعية نحو مهنة التعليم عبر الإنترنت) وذلك بهدف التعرف على أبرز الحلول التي يقترحونها أو يستخدمونها لمواجهة الصعوبات التعليمية التي يعانون منها. ومن خلال إجاباتهم، تبين التالي:

جدول رقم (29): الحلول التعليمية المقترحة من قبل المشاركين ومستوياتها

النسبة المئوية	العدد	المستوى / الشدة	الحلول المقترحة
15.38%	2	منخفض	الحلول المرتبطة بالمحتوى التعليمي
69.24%	9	متوسط	
15.38%	2	مرتفع	
100%	13	المجموع	
15.38%	2	منخفض	الحلول المرتبطة بالصعوبات التقنية والفنية
61.54%	8	متوسط	
23.08%	3	مرتفع	
100%	13	المجموع	
0	0	منخفض	الحلول المرتبطة بالتفاعل مع الطلاب
53.85%	7	متوسط	
46.15%	6	مرتفع	
100%	13	المجموع	
53.85%	7	منخفض	الحلول المرتبطة بالصعوبات المادية
7.69%	1	متوسط	
38.46%	5	مرتفع	
100%	13	المجموع	
23.08%	3	منخفض	الحلول المرتبطة بعبء العمل الزائد
69.23%	9	متوسط	
7.69%	1	مرتفع	
100%	13	المجموع	
7.69%	1	منخفض	الحصول على الدعم الاجتماعي من قبل العائلة والإدارة
69.23%	9	متوسط	
23.08%	3	مرتفع	
100%	13	المجموع	
23.08%	3	منخفض	زيادة الدافعية نحو التعليم عبر الإنترنت
61.54%	8	متوسط	
15.38%	2	مرتفع	
100%	13	المجموع	

يُظهر الجدول أعلاه الحلول التي تم إقرارها للتخفيف من الصعوبات التعليمية التي يعاني منها المعلمين والمعلمات، وقد ارتبطت هذه الحلول مباشرة بأبعاد الصعوبات التعليمية. وقد تبين أن أكثر الحلول التي تم إقرارها هي الحلول المرتبطة بالتفاعل مع الطلاب، حيث بلغت نسبة الذين اقترحوا واستخدموا هذه الحلول بمستوى مرتفع (46.15%) من المشاركين، وهي الأعلى بين جميع أبعاد الحلول، تليها الحلول المرتبطة بالصعوبات المادية بنسبة (38.46%)، وبعدها كل من الحلول المرتبطة بالحصول على الدعم الاجتماعي من قبل العائلة والحلول المرتبطة بالصعوبات التقنية والفنية بنسبة (23.08%)، تليها الحلول المرتبطة بالمحتوى التعليمي وزيادة الدافعية نحو التعليم عبر الإنترنت بنسبة (15.38%)، وأتت في المرتبة الأخيرة الحلول المرتبطة بعبء العمل الزائد التي كانت نسبتها الأقل بين جميع أبعاد الحلول بنسبة (7.69%). وهذه النسب تشير إلى أن المعلمين والمعلمات كانوا أكثر استخداماً وإقراراً لحلول مرتبطة بصعوبات التفاعل مع الطلاب، والتي بدورها قد تؤثر على الصحة النفسية للمعلمين، وعلى الدافعية للعمل؛ فعند القيام بحل مشكلات التفاعل مع الطلاب وتحسينها، قد يزيد ذلك من دافعية المعلمين والمعلمات لإيجاد حلول مرتبطة بالصعوبات التعليمية الأخرى التي قد يواجهونها خلال أدائهم لعملهم؛ فالإلتزام الطلاب وتفاعلهم مع المعلمين والمعلمات ودافعتهم تجاه المادة وأدائهم لواجباتهم المدرسية يحفز الأساتذة لمواجهة أي صعوبات أخرى قد تعترضهم خلال أدائهم لعملهم. وقد أشار معلمي المرحلة المتوسطة إلى مجموعة من الحلول التي كانت أكثر استخداماً، أبرزها:

- إشراك المتعلمين في العملية التعليمية لمساعدتهم على فهم الدرس.
 - شرح المحتوى بطريقة بسيطة وتكراره لضمان إيصال المعلومة بشكل جيد للمتعلمين عبر المنصات الإلكترونية.
 - طرح الكثير من الأسئلة خلال إلقاء الحصة لضمان إستمرار التواصل والتفاعل اللفظي مع المتعلمين.
 - الطلب من المتعلمين استخدام زر الصامت Mute Button لمنع التشويش والأصوات الجانبية خلال الحصة.
 - النقاش مع العائلة عن أهمية العمل في مجال التعليم وأهمية دور المعلم أو المعلمة، وعن ضرورة إحترامهم لدوام العمل داخل المنزل.
 - طلب المساعدة لحلّ عند مواجهة أيّ مشكلة تقنية مرتبطة بالمنصات الإلكترونية.
 - التشاور والنقاش مع الزملاء للإستفادة من خبرات بعضهم البعض.
 - المرونة في وضع توقيت للحصة يتناسب مع وقت المعلم أو المعلمة ومع المتعلمين لضمان إلتزامهم بوقت الحصة.
 - التعبير للأصدقاء وأفراد الاسرة عن الآراء والمشاعر والأفكار تجاه كل ما يتعلّق بالتعليم عبر الإنترنت.
 - تجهيز مكان أو غرفة مُخصّصة للعمل بحيث لا يحتاج أفراد العائلة دخولها خلال دوام العمل.
- يُلاحظ من خلال ما سبق أن أغلبية الحلول المُقترحة كانت ذات بُعد إجتماعي وتمحورت حول التفاعل مع الطلاب وحول الحصول على الدّعم الإجماعيّ من العائلة والإدارة. وبالتالي، فإن الفرضية الثامنة قد تحققت.

مناقشة النتائج:

تواجه الرعاية الصحية النفسية في لبنان العديد من التحديات إضافة إلى تحدي وباء COVID-19 ، وانفجار مرفأ بيروت في 4 أغسطس 2020، والاضطرابات السياسية التي تحدث في البلاد. وبلغت نسبة انتشار الاضطرابات النفسية في لبنان 17% وفجوة علاج 89.1% (Arafat et al., 2020). ولا شك أنّ للصحة النفسية السيئة تأثير مباشر على قدرة المعلمين على التدريس وتقديم الدعم للمتعلمين وبالتالي هناك أهمية كبيرة لدعم المعلمين للتعافي من تأثير كورونا، ليس فقط من أجل رفاهيّتهم ولكن أيضًا لرفاهية متعلميهم (Beames et al, 2021).

وبرغم كل هذا فقد أظهرت نتائج هذه الدراسة أنّ 62.7% من معلمي المرحلة المتوسطة، من مختلف المحافظات اللبنانية، يتمتّعون بدرجة متوسطة من الصّحة النفسية، كما أنّ 28.3% يتمتّعون بدرجة مرتفعة، في حين وعلى عكس توقّعات الدراسة الحالية، فإنّ فقط 9% من المعلمين والمعلمات يُعانون من درجة منخفضة من الصّحة النفسية. ولا تتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة كدراسة Ozamiz- Etxebarria et al (2021) التي كشفت أنّ نسبة مرتفعة من المعلمين أظهرت أعراض القلق والاكتئاب والإجهاد بسبب التعليم عن بُعد. ويُمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تسجيل المعلمين مستويات متوسطة على كّل من المقاييس الفرعية المرتبطة بالرضا والتفاؤل والاستقرار، كما أنّهم سجلوا مستويات مرتفعة من الثقة بالنفس، الأمر الذي يُعزّز من صحتهم ومناعتهم النفسية. وقد أكّدت هذا الأمر العديد من الدراسات كدراسة Rahimi & Kumar (2017) ودراسة Tugade et al (2017) اللتان أظهرتا أنّ التفاؤل والمعتقدات الإيجابية بشكل عام تؤدّيان دورًا هامًا في منع حدوث الاضطرابات الجسدية والنفسية وفي رفع مستوى الصحة النفسية.

ومما لا شك فيه أن الحياة الأسرية والاجتماعية الهادئة والمستقرة تؤدي دوراً فعالاً أيضاً على مستوى بناء حالة إيجابية لدى الأفراد ولا سيما المعلمين. فقد أظهرت في هذا الصدد دراسة Baker et al (2020) أن المعلمين تعاملوا بشكل أفضل في عملهم عندما حصلوا على دعم من العائلات والإداريين وزملاء العمل. وقد أظهرت تلك الدراسة أن المعلمين في لبنان يتمتعون بدعم اجتماعي من قبل العائلة والإدارة ويتميزون بدافعية جيدة تجاه مهنتهم حتى في ظلّ التعليم عن بُعد. كما تبين أن الدعم العاطفي للأسرة يزيد من الكفاية الذاتية للفرد (Thompson et al. 2002; Kwok et al., 2015)، حيث إن توافر الدعم الاجتماعي، ولا سيما الدعم العاطفي، يساعد على الحد من الضغوط المتعلقة بالعمل مثل عدم الرضا عنه وعدم الرضا عن عبء العمل (Kwok et al., 2015).

كشفت أيضاً هذه الدراسة أن معلمي المرحلة المتوسطة يواجهون صعوبات تعليمية بدرجة متوسطة، وتتعاقد الصعوبات على التوالي: الصعوبات المادية التي كانت أكثر شدة، يليها التفاعل مع المتعلمين، ومن ثم عبء العمل الزائد، والصعوبات التقنية والفنية. وتتفق هذه النتائج مع نتائج بحث Rouadi & Anouti (2020) التي أظهرت أن الأسباب الرئيسية التي أدت إلى اعتبار التعلم عبر الإنترنت في لبنان غير ناجح من قبل البعض خلال أزمة فيروس كورونا هي بطء الإنترنت، انقطاع التيار الكهربائي، عدم مشاركة المتعلمين، وعدم وجود أكثر من هاتف محمول أو كمبيوتر في المنزل. وذكرت دراسة أخرى أجراها Aliyyah et al (2020) في إندونيسيا بشأن معلمي المدارس الابتدائية أن المعلمين واجهوا عدّة تحديات تتعلق بظهور عقبات مرتبطة بالمسائل الفنية.

وعندما سُئل بعض المعلمين سؤالاً مفتوحاً عن الحلول الممكنة اقتراحها للتخفيف من الصعوبات التعليمية التي يعاني منها المعلمون والمعلمات، فقد تبين أن أكثر الحلول التي تم اقتراحها هي الحلول المرتبطة بالتفاعل مع المتعلمين، حيث بلغت نسبة الذين اقترحوا واستخداموا هذه الحلول بنسبة مرتفعة بلغت 46.15% وهي الأعلى بين جميع أبعاد الحلول، تليها الحلول المرتبطة بالصعوبات المادية بنسبة 38.46% وبعدها كل من الحلول المرتبطة بالحصول على الدعم الاجتماعي من قبل العائلة والحلول المرتبطة بالصعوبات التقنية والفنية بنسبة 23.08%. ويلاحظ من خلال تحليل النتائج أن أغلب الحلول المقترحة كانت ذات بُعد اجتماعي وتمحورت حول التفاعل مع المتعلمين وحول الحصول على الدعم الاجتماعي من جانب العائلة والإدارة. ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن هذه الاقتراحات قد تؤثر على الصحة النفسية للمعلمين، وعلى الدافعية للعمل؛ فعند حلّ مشكلات التفاعل مع المتعلمين وتحسينها، قد يزيد ذلك من دافعية المعلمين والمعلمات لإيجاد حلول مرتبطة بالصعوبات التعليمية الأخرى التي قد يواجهونها خلال أدائهم لعملهم؛ فالالتزام المتعلمين وتفاعلهم مع المعلم ودافعتهم تجاه المادة وأدائهم لواجباتهم المدرسية يُحفز المعلمين لمواجهة أي صعوبات أخرى قد تعترضهم خلال أدائهم لعملهم وإلى الإقدام على العمل بنشاط وحافز.

وفي المقابل، وبناء على تحليل نتائج المقابلة، تبين أن نسبة 7.69% فقط من المشاركين كانوا قد اقترحوا حلولاً مرتبطة بعبء العمل الزائد، وهي النسبة الأقل بين جميع أبعاد الحلول، رغم أن نتائج الاستبيان كانت قد أظهرت أن معلمي المرحلة المتوسطة يعانون من عبء العمل الزائد بمستويات متوسطة. وكانت الدراسات قد أظهرت أنه قبل الجائحة الحالية كانت أبرز ضغوط العمل تتمثل في عبء العمل وصعوبة إدارة السلوك (Catalan et al, 2019; Boyle et al, 1995; Kokkinos, 2007). ويمكن تفسير هذه النتيجة بوجود رابط بين الحلول التي تم اقتراحها وخاصة الحلول المرتبطة بالتفاعل مع المتعلمين ومشكلة عبء العمل الزائد، إذ كلما زاد التفاعل مع المتعلمين وزاد الحصول على الدعم النفسي من العائلة وإدارة المدرسة، قلّ الشعور بعبء العمل لدى المعلمين، وقلّ الشعور بالتوتر والضغط النفسي أو الاحتراق النفسي الناتج عن عبء العمل الزائد.

من المثير للاهتمام مقارنة التحديات التي تواجه معلّمي المدارس في التعليم عن بُعد خلال جائحة كورونا والتحديات التي تواجه الأساتذة في مؤسسات التعليم العالي اللبنانية، فوفقاً لـ Mouchantaf (2020)، عندما سُئل أساتذة مؤسسات التعليم العالي اللبنانية عن العوامل التي تؤثر على التعليم عن بُعد، ذكر 60% من المشاركين المضاعفات التقنية كأحد أبرز العوامل، كما أفاد 30% عن وجود نقص في تدريب الأساتذة. وقد تبين أنّ 64% من الطلاب تغيّبوا عن جلسات التعليم عبر الإنترنت أو لم يكملوا العمل المطلوب مما أثر على عمليّة التعليم، وصرّح 46% منهم أنّ التعليم عن بعد يتطلب الكثير من التحضير والإعداد، وأبلغ 10% فقط عن عدم وجود مشكلات كبيرة فيما يتعلّق بالتعليم عبر الإنترنت.

وبالمقارنة مع نتائج بحث Mouchantaf، تشير نتائج البحث الحالية إلى أنّ تحديات مماثلة تواجه المعلّمين اللبنانيين خلال تعليمهم عن بُعد في مرحلة التعليم المتوسط وخاصةً على مستوى المشكلات التقنية والنقص في التدريب. فقد بيّنت النتائج أنّ 18% من المشاركين لم يشاركوا بأيّ دورة مرتبطة بالتعليم عن بُعد. وأنّه على التوالي 35.6% و 18.4% من المشاركين قد شاركوا في 1-2 دورات تدريبية و 3-4 دورات تدريبية مرتبطة بالتعليم عن بُعد.

أثبتت نتائج هذه الدراسة أيضاً وجود علاقة عكسيّة دالّة إحصائياً بين الصعوبات التعليميّة وبين الصّحة النفسيّة، حيث أنّه كلّما إزدادت الصعوبات التعليميّة إنخفضت مستويات الصّحة النفسيّة وأصبح المعلّم أو المعلّمة أكثر عرضة للإصابة بمشكلات مرتبطة بالصّحة النفسيّة. وكشفت نتائج الدراسة الحالية أنّ معلّمي المرحلة المتوسطة ذوي المستويات المنخفضة من الصعوبات التعليميّة يتمتّعون بصّحة نفسيّة جيّدة مقارنة بأقرانهم ذوي المستويات المتوسطة والمرتفعة من الصعوبات التعليميّة. تأتي هذه النتائج لتؤكد الأدبيات السابقة التي أظهرت أنّ مواجهة المزيد من الضغوطات يرتبط بسوء الصّحة النفسيّة للمعلّمين والذين قاموا بالتبليغ عن أنّهم يواجهون صعوبة في التعامل وفي التعليم. وبالمقابل، كان المعلّمون الذين حصلوا على عوامل حماية ومساندة قد كانوا أكثر مرونة في التعامل والتعليم (Baker et al, 2020).

وعلى مستوى الاختلاف بين معلّمين المدارس الرسميّة والخاصّة في لبنان، فقد وجدت الدراسة الحالية أنّ معلّمي المدارس الرسميّة وجدوا صعوبات أكثر في التعليم عن بُعد مقارنةً بمعلّمي المدارس الخاصّة. وتتماشى هذه النتيجة مع حقيقة أنّ المدارس الرسميّة لا تزال تُعاني من ضعف على مستوى جودة التعليم. وبحسب Bahu فإنّ التحاق الطلاب اللبنانيين بالمدارس الحكومية يستمر في الانخفاض بسبب التصورات عن ضعف جودة التعليم في هذه المدارس (2015). كما أنّ الحرب الأهلية اللبنانية كانت قد أدت إلى دمار العديد من مباني المدارس الرسميّة وانهايار كامل للنظام (Mattar, 2012). ولا ننسى أنّ أغلبية المتعلّمين الملحقين بالمدارس الرسميّة ينتمون إلى أسر ذات دخل محدود أو متوسط ويندرج آباؤهم تحت فئة ذوي المستوى التعليمي المنخفض، إلخ. كل هذه العوامل قد تدفع إلى جعل هؤلاء المتعلّمين أقلّ قدرة على الوصول إلى المعايير التعليميّة المتوسطة وما فوق مقارنةً بنظرائهم في المدارس الخاصّة (Bahu, 2015). وبحسب Bahu فإنّ بعض المدارس الرسميّة تفتقر إلى المعلّمين في بعض المواد، لذا كانت تلك المدارس تقبل ببعض المعلّمين غير المؤهلين لتعليم المواد المتخصّصة، أضف إلى ذلك أنّ معلّمي المدارس الرسميّة يُعانون من تدني رواتبهم، والأمر في لبنان أصبح أكثر سوءاً في ظلّ الأزمة الاقتصاديّة التي يمرّ بها البلد، الأمر الذي يحّد من قدرتهم على القيام بأيّ عمل إضافي لمساندة المتعلّمين. كلّ هذه الأمور وغيرها تبرز مدى التحديات التي يواجهها المعلّم في المدارس الرسميّة خلال التعليم عن بُعد مقارنةً بنظيره في المدرسة الخاصّة.

وعلى مستوى سنوات الخبرة، فقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق في مستويات الصعوبات التعليمية التي يواجهها المعلم تُعزى لعدد السنوات. هذا الأمر قد يفسر بسبب أن التعليم عن بُعد هو أسلوب جديد في لبنان على جميع المعلمين، وحتى لو أن المعلمين يتمتعون بخبرة طويلة سابقة في التعليم إلا أنهم لم يختبروا التعليم عن بعد مسبقاً مما يجعل الصعوبات التعليمية نفسها لجميع المعلمين بغض النظر عن خبرتهم التعليمية. وتجدر الإشارة إلى أنه في لبنان، لا يعتبر التعليم عبر الإنترنت خياراً، حيث أن الحكومة اللبنانية لا توافق على أي شكل من أشكال الدرجات العلمية عبر الإنترنت. ولا توجد سياسة تثبت صحة الشهادات التي تنتج عبر التعلم عبر الإنترنت (El Turk, & Cherney, 2016). الأمر الذي يُفسر عدم وجود فروق في مستويات الصعوبات التعليمية تُعزى لسنوات الخبرة، ذلك أن المعلمون لا يملكون الخبرة اللازمة في التعليم عن بُعد بسبب عدم إتماده سابقاً من قبل الحكومة اللبنانية ووزارة التربية كأسلوب تعليمي موثوق.

وفي السياق نفسه أظهرت النتائج أن المعلمين الذي لم يتلقوا أي دورات تدريبية مرتبطة بالتعليم عن بُعد واجهوا صعوبات تعليمية أكبر مقارنة بالذين تلقوا دورات تدريبية، ويؤكد هذا الأمر على أهمية تنظيم دورات تدريبية مرتبطة بالتعليم عن بعد لمعلمي المدارس بغض النظر عن عدد سنوات خبرتهم، وتتوافق هذه النتيجة مع نتائج الأبحاث الأخرى كبحث Wang et al (2019) و Quinn et al (2021) اللتان اعتبرتتا التعليم وخاصة التعليم عبر الإنترنت طريقة مهمة لتطوير مهارات التفكير لدى المعلمين وتعزيز تطوّرهم المهني. ذلك أن التعليم عن بُعد يتطلب استخدام تقنيات وأساليب مختلفة عن تلك التي تُستخدم في التعليم المباشر، كما أنها تتطلب إبتكار المعلم لأساليب جديدة للحفاظ على إنتباه المتعلمين ولتوصيل الفكرة عبر الإنترنت بطريقة واضحة وسهلة لهم.

كما ويُشير هذا البحث إلى أن الدورات التدريبية للمعلمين خلال فترة الكورونا بشكل عام والدورات التدريبية عبر الإنترنت بشكل خاص مهمة للحدّ من التحديات التي قد يواجهها المعلمون أثناء التدريس عن بُعد. إذ أن هذه الدورات قد تُساعد المعلمين على التعرف على الأساليب الفنية والتقنية اللازمة للتعليم عن بُعد الأمر الذي يُخفف من شدة الصعوبات التقنية التي تواجههم. بالإضافة إلى أن القيام بدورات حول تنظيم الوقت وحول الرعاية الذاتية قد تُؤدّي إلى التخفيف من عبء العمل الزائد الناتج عن متطلبات العمل الزائدة من خلال مساعدة المعلم على إكتساب مهارة تنظيم الوقت وتنظيم هذه المتطلبات والمهامّ مما يُساعد على الحصول على وقت خاص للرعاية الذاتية والترفيه عن الذات للوصول إلى صحة نفسية ذات مستوى مرتفع. ويرفع هذا الأمر من قدرة المعلمين على التعليم عن بُعد وبالتالي يساعدهم على التفاعل بإيجابية أكثر مع متعلميهم. وتتماشى هذه النتيجة وبعد تحليل نتائج المقابلة مع اقتراحات المعلمين أنفسهم التي أظهرت أن أكثر الحلول التي تمّ اقتراحها هي الحلول المرتبطة بالتفاعل مع المتعلمين، حيث بلغت نسبة الذين اقترحوا واستخدموا هذه الحلول بمستوى مرتفع (46.15%).

تظهر نتيجة هذه الدراسة أيضاً أنه على الرغم من التحديات التي يواجهها معلّم المرحلة المتوسطة، إلا أنهم يتمتعون بدعم اجتماعي من قبل العائلة والإدارة ويتميزون بدافعية جيّدة تجاه مهنتهم حتى في ظلّ التعليم عن بُعد؛ ويمكن إفتراض أن هذا الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه معلّم المرحلة المتوسطة ساهم بشكل كبير على مواجهة هذه الصعوبات والتحديات التعليمية التي يُعانون منها، كما وأن الدعم الاجتماعي من قبل إدارة المدرسة قد يكون عاملاً أساسياً في زيادة الدافعية لديهم. إضافة إلى ذلك، يُلاحظ أن أغلبية الحلول المُقترحة من قبل المعلمين كانت ذات بُعد اجتماعي وتمحورت حول التفاعل مع المتعلمين وحول الحصول على الدعم الاجتماعي من العائلة والإدارة. هذه النتائج تؤكد أهمية مساندة المعلمين وحماية صحتهم النفسية من أجل الاستمرار في الحصول على القدرة على التدريس عن بعد وتقديم الدعم للمتعلمين وخاصة في الظروف الصعبة التي يمر فيها لبنان وانتشار وباء COVID-19.

خلاصة النتائج: أظهرت النتائج الآتي:

- يتمتع معلّمو المرحلة المتوسطة بمستويات متوسطة من الصحة النفسية خاصةً على مستوى الرضا والتفاؤل والاستقرار، وبمستوى مرتفع من الثقة بالنفس.
- يعاني معلّمو المرحلة المتوسطة من صعوبات تعليمية تقنية وفنية تمثلت في صعوبات مادية مرتفعة، يليها التفاعل مع المتعلمين وعبء العمل الزائد.
- يتمتع المعلمون بدعم اجتماعي من قبل العائلة والإدارة ويتميزون بدافعية جيدة تجاه مهنتهم حتى في ظلّ التعليم عن بُعد.
- يتمتع معلّمو المرحلة المتوسطة ذوي المستويات المنخفضة من الصعوبات التعليمية بصحة نفسية جيدة.
- يعاني معلّمو المدارس الرسمية من صعوبات تعليمية أكثر من نظرائهم في المدارس الخاصة.
- لا توجد فروق في مستويات الصعوبات التعليمية تُعزى لعدد سنوات الخبرة.
- يواجه المعلمون الذين لم يتلقوا أي دورات تدريبية في أسس التعليم عن بُعد صعوبات تعليمية أكثر من نظرائهم.

توصيات الدراسة:

تُشير بعض الدلائل إلى ظهور متحوّر جديد "متحوّر دلنا" من فيروس كورونا، لذا في مثل هذه الأجواء من انعدام اليقين لا بدّ من القيام ببعض المبادرات على مستوى القطاع التعليمي والتي سيكون لها أثر إيجابي على المدى الطويل، من هنا تقترح الدراسة التوصيات الآتية:

- تطوير المهارات الرقمية لدى المعلمين.
- تزويد وزارة التربية والتعليم العالي وأولياء الأمور والمعلمين بالإرشادات والتعليمات عبر منصات شبكات التواصل الاجتماعي.
- التعرف على الوسائل البديلة لتقديم التعلّم، خاصةً عند عدم توفّر الأجهزة الإلكترونية أو الاتصال بالانترنت عند بعض المتعلمين والبحث عن الطرق البديلة لتزويد المتعلمين بالمعلومات.
- تصميم آلية للتطوير المهني للمعلمين وأولياء الأمور حتى يكونوا قادرين على دعم المتعلمين في التعلّم عن بُعد.
- تحديد الآليات المناسبة لتقييم المتعلمين ولانتقال من مستوى إلى آخر.
- دعم رفاهيّة المعلمين من خلال توفير الخدمات النفسية والاجتماعية.
- العمل على تعديل المناهج التربوية لتتلاءم مع أسلوب التعليم عن بُعد.
- إجراء دراسة حول الصعوبات التي تواجه المتعلمين خلال التعليم عن بُعد والبحث عن أساليب لمساعدتهم على الوصول إلى مستويات مرتفعة من التحصيل العلمي.

مراجع الدراسة:

- الأحمد، عبد العزيز عبد الله. (1999). *الطريق إلى الصحة النفسية، الرياض: دار الفضيحة.*
- تدمري، رشا عمر. (2020). *البحث العلمي من الفكرة إلى ما بعد المناقشة، ط2، بيروت- صيدا: المكتبة العصرية.*
- الداهري، صالح حسن أحمد. (2005). *مبادئ الصحة النفسية، الأردن: دار وائل.*
- الزبون، خالد. (2020). *فاعلية التعلم عن بُعد مقارنة بالتعليم المباشر في تحصيل طلبة الصف الأول ثانوي في مادة اللغة العربية في الأردن، المجلة العربية للتربية النوعية، 13 (4): 201-220.*
- زهران، حامد عبد السلام. (2005). *الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط2، القاهرة: عالم الكتب.*
- زيدان، محمد مصطفى. (2000). *النمو النفسي للطفل والمراهق وأسس الصحة النفسية، ليبيا: الجامعة الليبية.*
- سرى، إجلال محمد. (2000). *علم النفس العلاجي، القاهرة: عالم الكتب.*
- Aliyyah, R. R., Rachmadtullah, R., Samsudin, A., Syaodih, E., Nurtanto, M., & Tambunan, A. R. S. (2020). The perceptions of primary school teachers of online learning during the COVID-19 pandemic period: A case study in Indonesia. *Journal of Ethnic and Cultural Studies*, 7(2), 90-109.
- Al-Saleh, B.A. (2013). **Critical Issues in E-Learning Distance Education Model**. In Proceedings of the Third International Conference for e-Learning via Distance Learning, Riyadh, Saudi Arabia, 2 February; pp. 4–7.
- Arafat, S. Y., Shoib, S., Kar, S. K., & El Hayek, S. (2020). Psychiatry in Lebanon. *The Lancet Psychiatry*, 7 (11), 932.
- Bahou, L. (2015). Addressing issues of (in) justice in public schools within postwar Lebanon: Teachers' perspectives and practices. *International Journal of Educational Development*, 43, 63-76.
- Baker, C. N., Peele, H., Daniels, M., Saybe, M., Whalen, K., Overstreet, S., & The New Orleans, T. I. S. L. C. (2020). The Experience of COVID-19 and Its Impact on Teachers' Mental Health, Coping, and Teaching. *School Psychology Review*, 1-14.
- Basilaia, Giorgi, Kvavadze, David. (2020). Transition to Online Education in Schools during a SARS-CoV-2 Coronavirus (COVID-19) Pandemic in Georgia, *Pedagogical Research*, 5 (4): 1-9.
- Beames, J. R., Christensen, H., & Werner-Seidler, A. (2021). School teachers: the forgotten frontline workers of Covid-19. *Australasian Psychiatry*, 10398562211006145.
- Beja, A. (2020). **Advantages and Disadvantages of online learning during covid- 19 Pandemic**, Webinar in Albanian, Child protection HUB for South East Europe.
- Boyle, G. J., Borg, M. G., Falzon, J. M., & Baglioni, Jr, A. J. (1995). A structural model of the dimensions of teacher stress. *British Journal of Educational Psychology*, 65, 49 –67
- Briner, R., & Dewberry, C. (2007). **Staff Well-Being is Key to School Success**. London: Worklife Support Ltd/Hamilton House.
- Catalan, A. Sevil, J. Kim, L. Klassen, R. & Gonzalez, L. (2019). How Should Stressors be Examined in Teachers? Answering Questions about dimensionality, Generalizability and Predictive Effects using the Multicontext Stressors Scale, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 6 (18): 3388.
- Coste, S. (2014). **S'épanouir dans le travail enseignant : réalité, norme, stratégie**, Lyon : université Lumière.
- De Nobile, J. (2017). Organisational communication and its relationships with job satisfaction and organisational commitment of primary school staff in Western Australia. *Educational Psychology*, 37(3), 380-398
- El Turk, S., & Cherney, I. D. (2016). Perceived online education barriers of administrators and faculty at a US university in Lebanon. *Creighton Journal of Interdisciplinary Leadership*, 2(1), 15-31.
- Fojtik, R. (2018). Problems of Distance education, *ICTE journal*, 7(1): 1423.
- Gonzalez, L. E., Brown, M. S., & Slate, J. R. (2008). Teachers who left the teaching profession: A qualitative understanding. *Qualitative Report*, 13(1), 1-11

- Gupta, A. K., Gupta, A., Rana, N. & Sharma M. R. (2016). An Online Survey of the Problems Being Faced by Students and Teachers in Higher Education with Special Reference to Jammu Region, *MIER Journal of Educational Studies, Trends & Practices*, 6, (2). PP: 204 – 210.
- Huang, R.H.; Liu, D.J.; Tlili, A.; Yang, J.F. (2020). **Handbook on Facilitating Flexible Learning during Educational Disruption: The Chinese Experience in Maintaining Undisrupted Learning in COVID-19 Outbreak**; Smart Learning Institute of Beijing Normal University: Beijing, China.
- Jawda, P.S.O.; Rashid, P.D.H.; Aboud, A.P.D.Z.M.; Jawad, A.P.D.S.A. (2016). University Education Remote Concept and the Extent of their Applicability. *ALUSTATH J. Hum. Soc. Sci*, 216, 139–158
- Jawida, A.; Tarshun, O.; Alyane, A. (2019). Characteristics and objectives of distance education and e-learning—A comparative study on the experiences of some Arab countries. *Arab J. Lit. Humanit*, 6, 285–298.
- Kebritchi, Mansureh, Lipschuetz, Angie & Santiago, Lilia. (2017). Issues and Challenges for Teaching Successful Online Courses in Higher Education: A Literature Review, *Journal of Educational Technology Systems*, 4, (1). PP: 4 – 29.
- Kim, L. & Asbury, K. (2020). Like a rug had been pulled from under you’: The impact of COVID-19 on teachers in England during the first six weeks of the UK lockdown, *British Journal of Educational Psychology*, 90(4): 1062-1083.
- Kiryakova, G. (2009). Review of distance education, *Trakia Journal of Sciences*, 7(3), pp: 29-34.
- Kokkinos, M. (2007). Job stressors, personality and burnout in primary school teachers, *British Journal of Educational Psychology*, 77(1), pp: 229-247.
- Kwok, S. Y., Cheng, L., & Wong, D. F. (2015). Family emotional support, positive psychological capital and job satisfaction among Chinese white-collar workers. *Journal of Happiness Studies*, 16(3), 561-582.
- Kyriacou, C. (2001). Teacher Stress: Directions for Future Research, *Educational Review*, 53, 27-35.
- Lassoued, Z. Alhendawi, M. & Bastital Shaaer, R. (2020). An Exploratory Study of the Obstacles for Achieving Quality in Distance learning during the covid-19 Pandemic, *Educ Scien*, 10(19): 232.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). **Stress Appraisal and Coping**, New York: Springer.
- Mouchantaf, M. (2020). The COVID-19 pandemic: Challenges faced and lessons learned regarding distance learning in Lebanese higher education institutions. *Theory and Practice in Language Studies*, 10(10), 1259-1266.
- Ozamiz-Etxebarria, N., Berasategi Santxo, N., Idoiaga Mondragon, N., & Dosil Santamaría, M. (2021). The psychological state of teachers during the COVID-19 crisis: The challenge of returning to face-to-face teaching. *Frontiers in Psychology*, 11, 3861.
- Quinn, F., Charteris, J., Adlington, R., Rizk, N., Fletcher, P., Reyes, V., et al. (2019). Developing, situating and evaluating effective online professional learning and development: a review of some theoretical and policy frameworks. *Aust. Educ. Res.* 46, 405–424. doi: 10.1007/s13384-018-00297-w
- Rahimi, A., & Kumar, M. (2017). The study of relationship between optimism (positive thinking) and mental health (Case study: students of Islami... *Academic Journal of Psychological Studies*, 6(4), 98-106.
- Rouadi, N. E., & Anouti, M. F. (2020). The online learning experiment in the intermediate and secondary schools in Lebanon during the coronavirus (COVID-19) crisis. *Online learning*, 7(7), 14466-14485.
- Simson, M. (2019). **Teaching and Learning at a distance. Foundations of Distance education**, 7th ed, USA: Age Publishing, Inc.
- Singh, V.; Thurman, A. How many ways can we define online learning? (2019). A systematic literature review of definitions of online learning (1988–2018). *Am. J. Distance Educ*, 33, 289–306.
- Singh, Garima. (2016). Challenges for Teachers in the Era of E-learning in India, *Scholedge International Journal of Multidisciplinary & Allied Studies*, 3, (2). PP: 14 - 18.
- Spilt, Jantine, Koomen, Helma and Thijs, Jochem. (2011). Teacher Wellbeing: The Importance of Teacher–Student Relationships, *Educational Psychology Review, EDUC Psych review*, August.
- Teglasi, H. Mccurdy, K. Briody, J. Shoplik, H. Callan, S. et al. (2020). New Study! The Impact of covid-19 on Teachers, College of Education, University of Mary Land, available on: education.umd.edu/research-college/impact-covid-19-teachers. Retrieved on April, 2, 2021.
- Thompson, M. P., Kaslow, N. J., Short, L. M., & Wyckoff, S. (2002). The role of self-efficacy in preventing suicide attempts among African American battered women. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70, 942–94.

Tugade, M. M., Fredrickson, B. L., & Feldman Barrett, L. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of personality*, 72(6), 1161-1190.
Wang, M., Wang, M., Zhang, H., Cui, Y., Zhai, X., & Ji, M. (2021). Art Teachers' Attitudes Toward Online Learning: An Empirical Study Using Self Determination Theory. *Frontiers in psychology*, 12, 1031.

المواقع الإلكترونية:

Khalaf, Z.N. Corona Virus and Digital Equality in Tele-Teaching in Emergency Situations. New Education Blog. Available online: <https://www.new-educ.com/> (accessed on 17 May 2021).

Li, C. & Lalani, F. (2020). The covid- 19 Pandemic has changed education forever, This is how. World Economic Forum, available at: <https://www.polyu.edu.hk/silo/hackathon/index.php/library/50-the-covid-19-pandemic-has-changed-education-forever-this-is-how>, retrieved at June, 20, 2021.

Mattar, D. M. (2012). Factors affecting the performance of public schools in Lebanon. *International Journal of Educational Development*, 32(2), 252-263.

Mayo Clinic. Corona Virus Disease 2019 (Covid 19). Available online: <https://www.mayoclinic.org/ar/diseasesconditions/coronavirus/symptomscauses/syc-20479963> (accessed on 17 May 2021).

National Educational Policy. (2019), retrieved from: https://www.education.gov.in/sites/upload_files/mhrd/files/Draft_NEP_2019_EN_Revised.pdf, June, 17, 2021.

OECD. (2020). TALIS 2018 Results (Volume II) Teachers and School Leaders as Valued Professionals Retrieved from: https://www.oecd-ilibrary.org/education/annex-bmain-breakdown-variables_d1ba43b3-en, April, 15, 2021.

USDLA (US American Distance Education Association). Definition of Distance Learning. 2004. Available online: <http://www.usdla.org/> (accessed on 20 May 2021).

World Health Organization. Corona Virus Disease (COVID-19): Question and Answer. 2020. Available online: <https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/qa-coronaviruses> (accessed on 17 May 2021).

هواري، زهير . (2020) التعليم عن بُعد: صعوبات أمام النموذج اللبناني، موقع العربي الجديد.

<https://www.alaraby.co.uk/tag/13483/%D9%84%D8%A8%D9%86%D8%A7%D9%86%D9%8A%D9>

شاهد بتاريخ نيسان 20 / 2020 [?_wrapper_format=html&page=1](https://www.alaraby.co.uk/tag/13483/%D9%84%D8%A8%D9%86%D8%A7%D9%86%D9%8A%D9)

“Mental Health among Teachers during Corona Pandemic (COVID-19) & Distance Learning”

Abstract:

(A descriptive study on a sample of teachers in public & private schools in Lebanon)

Abstract: The objective of the present study was to assess the levels of mental health among middle school teachers in private & public schools in Lebanon, and to investigate the educational difficulties & challenges they are facing during distance teaching. Also, it aims to explore the relationship between mental health and educational challenges, as an attempt to reduce these challenges in the educational field and to help maintain a high level of positive mental health among those teachers and those who are concerned with the educational field.

The descriptive cross sectional survey method was used. The data was collected using mixed method, both qualitative & quantitative, on a total of (1209) middle school teachers (males & females) from all the Lebanese governorates. A distance teaching difficulties & challenges questionnaire, in addition to Ahmed Mohamed Abdel Khaleq's Arab Mental Health Scale were administered.

Results showed that middle school teachers scored moderate levels of mental health, and moderate levels of satisfaction, optimism & stability, and a high level of self-confidence. They also reported that technical difficulties were the most face during distance teaching, which was represented by high financial difficulties, followed by difficulties in interaction with learners and with increased workload. Moreover, the study indicated that middle school teachers have high social support from family and school management, and they have increased motivation towards their jobs.

Furthermore, results found that the teachers with low levels of educational difficulties have good mental health, and that public school teachers face higher educational difficulties compared to their counterparts in private schools, but there were no significant differences in levels of educational difficulties due to years of experience. Also, the teachers who have not received any training courses about distance teaching face more educational difficulties than their counterparts who received training courses.

Finally, some solutions were suggested to reduce/decrease the educational difficulties faced by the teachers during distance learning.

Key Words: Covid-19, Mental health, Distance learning